UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Nivel de resiliencia e inteligencia emocional en adultos mayores del centro integral del adulto mayor – Tarma, 2022

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTORA

Adriana Steffani Romero Matias

ASESORA

Rocío Magali Goyas Baldoceda

Tarma, Perú

2024

METADATOS COMPLEMENTARIOS

Datos de los Autores

Autor 1

Nombres	Adriana Steffani
Apellidos	Romero Matias
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	75772512
Número de Orcid (opcional)	https://orcid.org/0009-0002-6473-4807

Autor 2

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Autor 3

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Autor 4

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Datos de los Asesores

Asesor 1

Nombres	Rocío Magali
Apellidos	Goyas Baldoceda
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	21128484
Número de Orcid (Obligatorio)	https://orcid.org/0000-0002-3409-8785

Asesor 2

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

Datos del Jurado

Presidente del jurado

Nombres	Giovani Martin
Apellidos	Díaz Gervasi
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	10301350

Segundo miembro

Nombres	Greysi Karina
Apellidos	Chambillo Rojas
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	70185691

Tercer miembro

Nombres	Claudia Rebeca
Apellidos	Cahui Ramírez
Tipo de documento de identidad	DNI
Número del documento de identidad	75813812

Datos de la Obra

Materia*	Resiliencia, inteligencia emocional
Campo del conocimiento OCDE Consultar el listado: Enlace	https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00
Idioma	SPA - español
Tipo de trabajo de investigación	Tesis
País de publicación	PE - PERÚ
Recurso del cual forma parte(opcional)	
Nombre del grado	Licenciado en Psicología
Grado académico o título profesional	Título Profesional
Nombre del programa	Psicología
Código del programa Consultar el listado: Enlace	313016

***Ingresar las palabras clave o términos del lenguaje natural (no controladas por un vocabulario o tesauro).**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA
SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LICENCIATURA

ACTA N° 217-2024

En la ciudad de Tarma, a los cuatro días del mes de Diciembre del año dos mil veinticuatro, siendo las 02:30 horas, la Bachiller ROMERO MATIAS, ADRIANA STEFFANI, sustenta su tesis denominada **"Nivel de resiliencia e inteligencia emocional en adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor - Tarma, 2022"** para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología, del Programa de Estudios de Psicología.

El jurado calificó mediante votación secreta:

1.- Prof. Giovani Martin Díaz Gervasi	APROBADO : MUY BUENO
2.- Prof. Greysi Karina Chambillo Rojas	APROBADO : BUENO
3.- Prof. Claudia Rebeca Cahui Ramírez	APROBADO : REGULAR

Se contó con la participación del asesor:

4.- Prof. Rocío Magali Goyas Baldoceda

Habiendo concluido lo dispuesto por el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica Sedes Sapientiae y siendo las 15:45 horas, el Jurado da como resultado final, la calificación de:

APROBADO : BUENO

Es todo cuanto se tiene que informar.

Prof.Giovani Martin Díaz Gervasi
Presidente

Prof. Greysi Karina Chambillo Rojas

Prof. Claudia Rebeca Cahui Ramírez

Prof.Rocío Magali Goyas Baldoceda

Tarma, 04 de Diciembre del 2024

Anexo 2

CARTA DE CONFORMIDAD DE LA ASESORA DE TESIS CON INFORME DE EVALUACIÓN DEL SOFTWARE ANTIPLAGIO

Tarma, 04 de noviembre de 2024

Doctor,
Yordanis Enríquez Canto
Jefe del Departamento de Investigación
Facultad de Ciencias de la Salud UCSS

Reciba un cordial saludo.

Sirva el presente para informar que la tesis bajo mi asesoría, con título: **"Nivel de resiliencia e inteligencia emocional en adultos mayores del centro integral del adulto mayor – Tarma, 2022"**, presentado por la Srta. Romero Matias Adriana Steffani **(Código de estudiante: 2019100241 y DNI: 75772512)** para optar el título profesional de Licenciado en Psicología, ha sido revisado en su totalidad por mi persona y **CONSIDERO** que el mismo se encuentra **APTO** para ser sustentado ante el Jurado Evaluador.

Asimismo, para garantizar la originalidad del documento en mención, se le ha sometido a los mecanismos de control y procedimientos antiplagio previstos en la normativa interna de la Universidad, **cuyo resultado alcanzó un porcentaje de similitud de 9 % (nueve por ciento)*** Por tanto, en mi condición de asesora, firmo la presente carta en señal de conformidad y adjunto el informe de similitud del Sistema Antiplagio Turnitin, como evidencia de lo informado.

Sin otro particular, me despido de usted.
Atentamente,

Rocío Magali Goyas Baldoceda
DNI N°: 21128484
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-3409-8785
Facultad de Ciencias de la Salud UCSS

* De conformidad con el artículo 8°, del Capítulo 3 del Reglamento de Control Antiplagio e Integridad Académica para trabajos para optar grados y títulos, aplicación del software antiplagio en la UCSS, se establece lo siguiente:

Artículo 8°. Criterios de evaluación de originalidad de los trabajos y aplicación de filtros

El porcentaje de similitud aceptado en el informe del software antiplagio para trabajos para optar grados académicos y títulos profesionales, será máximo de veinte por ciento (20%) de su contenido, siempre y cuando no implique copia o indicio de copia.

Nivel de resiliencia e inteligencia emocional en adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor - Tarma, 2022

DEDICATORIA

A mis padres por todo su amor incondicional y a mi abuelo, por ser el mayor ejemplo de resiliencia durante todos los años que estuvo a mi lado, por ser mi fortaleza y por seguir siendo el motivo inicial de esta investigación. Los amo infinitamente.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios, a mi familia por el amor incondicional que me brindaron desde siempre. Agradezco a la psicóloga Magali Goyas, quien no solo es un gran ejemplo como profesional, sino también como persona. Sus palabras siempre permanecerán en mi corazón.

A todas las personas que han formado y siguen formando parte de mi vida, gracias por tantas enseñanzas y lecciones. Fueron piezas importantes para convertirme en la persona que soy. A quienes continúan a mi lado, gracias por su tiempo, paciencia, lealtad, amistad y amor.

RESUMEN

Objetivo: Determinar si existe relación entre el nivel de resiliencia e inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma, 2022. **Materiales y métodos:** Presenta un tipo de estudio descriptivo, de alcance correlacional, con un diseño no experimental de corte transversal y enfoque cuantitativo. La muestra estuvo conformada por 101 adultos mayores de entre 60 y 90 años, seleccionados mediante muestreo censal. Se utilizaron la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young adaptada al Perú y la versión en español del *Trait Meta-Mood Scale* (TMMS-24) para evaluar la inteligencia emocional. Para el análisis de datos, se empleó el programa estadístico SPSS 27, aplicando estadística descriptiva e inferencial. Se consideró un nivel de significancia de $\alpha \leq 0.05$. **Resultados:** Se encontró una relación significativa entre la resiliencia y la inteligencia emocional ($p = 0.001$). Además, se observaron niveles altos en ambas variables, con un 75.2% y un 65.3%, respectivamente. En cuanto a la resiliencia, se identificó una asociación con la variable sociodemográfica "relación con la familia" ($p = 0.044$). Por otro lado, la inteligencia emocional mostró una relación significativa con la edad ($p = 0.042$). **Conclusión:** Los hallazgos de esta investigación permiten afirmar que existe una asociación significativa entre la resiliencia y la inteligencia emocional en la población estudiada.

Palabras clave: resiliencia, inteligencia emocional, adulto mayor (Fuente: DeCS)

ABSTRACT

Objective: To determine whether there is a relationship between the level of resilience and emotional intelligence in older adults at the Tarma Comprehensive Senior Citizens Center, 2022. Materials and methods: This is a descriptive study, with a correlational scope, a non-experimental cross-sectional design and a quantitative approach. The sample consisted of 101 older adults between 60 and 90 years of age, selected through census sampling. The Wagnild and Young Resilience Scale adapted to Peru and the Spanish version of the *Trait Meta-Mood Scale* (TMMS-24) were used to assess emotional intelligence. For data analysis, the SPSS 27 statistical program was used, applying descriptive and inferential statistics. A significance level of $\alpha \leq 0.05$ was considered. **Results:** A significant relationship was found between resilience and emotional intelligence ($p = 0.001$). In addition, high levels were observed in both variables, with 75.2% and 65.3%, respectively. Regarding resilience, an association was identified with the sociodemographic variable "relationship with family" ($p = 0.044$). On the other hand, emotional intelligence showed a significant relationship with age ($p = 0.042$). **Conclusion:** The findings of this research allow us to affirm that there is a significant association between resilience and emotional intelligence in the population studied.

Keywords: resilience, emotional intelligence, older adult (Source: DeCS)

ÍNDICE

Resumen	v
Índice	vii
Introducción	viii
Capítulo I El problema de investigación	9
1.1. Situación problemática	9
1.2. Formulación del problema	10
1.3. Justificación de la investigación	10
1.4. Objetivos de la investigación	11
1.4.1. Objetivo general	11
1.4.2. Objetivos específicos	11
1.5. Hipótesis	11
Capítulo II Marco teórico	12
2.1. Antecedentes de la investigación	12
2.2. Bases teóricas	14
Capítulo III Materiales y métodos	21
3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación	21
3.2. Población y muestra	21
3.2.1. Tamaño de la muestra	21
3.2.2. Selección del muestreo	21
3.2.3. Criterios de inclusión y exclusión	21
3.3. Variables	22
3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables	22
3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos	24
3.5. Plan de análisis e interpretación de la información	26
3.6. Ventajas y limitaciones	26
3.7. Aspectos éticos	27
Capítulo IV Resultados	28
Capítulo V Discusión	34
5.1. Discusión	34
5.2. Conclusión	36
5.3. Recomendaciones	37
Referencias bibliográficas	38
Anexos	

INTRODUCCIÓN

Dentro del contexto nacional, según la Defensoría del Pueblo (2019), aún con la información estadística constante que se obtiene de instituciones dedicadas al estudio de la población, no se tiene suficiente información para asegurar qué tan óptimas son las condiciones en las que viven los adultos mayores, ya que no se muestra una mirada completa de la realidad. Una de las causas y principales carencias es la poca cobertura enfocada netamente en adultos mayores, lo que a su vez limita la implicación del estado para ayudar a satisfacer las necesidades de esta población demográfica.

Como parte de la iniciativa de fomentar más investigación en esta población, se planteó estudiar el nivel de resiliencia e inteligencia emocional, ya que según el Gobierno del Perú (2016), muchos adultos mayores están expuestos a presentar algún tipo de trastorno afectivo, siendo las causas más frecuentes la falta de apoyo familiar, muerte de seres queridos o circunstancias como la jubilación y desórdenes del sueño que afectan la calidad de vida de los adultos mayores.

El presente estudio se realizó en el Centro Integral del Adulto Mayor (CIAM) de la ciudad de Tarma, con la participación de 101 adultos mayores, tanto hombres como mujeres. Asimismo, se plantearon las siguientes preguntas de investigación: ¿Pueden los adultos mayores vivir solos?, ¿Cómo se sienten al percibir que están en la última etapa de sus vidas?, ¿Qué influencia tiene la inteligencia emocional en la vida de un adulto mayor? ¿Qué beneficios aporta la resiliencia en esta etapa de la vida? y ¿Existe relación entre el nivel de resiliencia e inteligencia emocional en los adultos mayores del CIAM de Tarma?

Para responder a estas preguntas, se planteó el siguiente objetivo: determinar si existe relación entre el nivel de resiliencia e inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma - 2022.

Por consiguiente, el estudio se estructuró en 5 secciones, que se explicarán a continuación:

El primer capítulo consistió en explicar la problemática relacionada con las variables investigadas; se planteó el problema, se justificó la investigación, se propusieron objetivos e hipótesis para ser evaluadas.

En el segundo capítulo, se elaboró el marco teórico de cada variable, tomando en cuenta investigaciones a nivel nacional e internacional que describían ambas variables por su lado. También se presentaron las bases teóricas que respaldaron este estudio.

En el tercer capítulo, se describió en detalle el método utilizado, incluyendo el tipo de estudio, el diseño de investigación, la población y la muestra. Se detalló el plan de recolección de información y los instrumentos utilizados, además del plan para analizar e interpretar los resultados. También se describieron las limitaciones y aspectos éticos de la investigación.

Posteriormente, en el capítulo siguiente, se realizó el análisis e interpretación de los resultados en relación con las hipótesis planteadas, teniendo en cuenta tanto las variables en estudio como los factores sociodemográficos.

Finalmente, en la quinta y última parte se llevó a cabo la discusión de los resultados, se presentaron las conclusiones y se ofrecieron recomendaciones derivadas de la investigación.

CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Situación problemática

Tello et al. (2016) señalan que la última etapa de la vida, en comparación con las etapas anteriores, permite la acumulación de un mayor número de experiencias. Sin embargo, debido a factores físicos y emocionales, esta etapa también puedes estar marcada por olvidos, miedos y deterioros, lo que afecta la capacidad cognitiva y afectiva de los adultos mayores.

Masten (2001) señala que la resiliencia se manifiesta como una capacidad común en la mayoría de las situaciones donde los mecanismos adaptativos fundamentales en los seres humanos están en acción. Esta habilidad está presente en cada individuo, por lo que es fundamental preservarla para disponer de las herramientas necesarias al enfrentar diferentes adversidades. Años después, en el año 2011, la Asociación Americana de Psicología (APA) define la resiliencia como la capacidad de adaptarse y superar adversidades, mencionando diversos factores que influyen en ella, como tener buenas relaciones interpersonales, contar con apoyo familiar, mantener una visión positiva de uno mismo, resolver problemas y controlar sentimientos e impulsos.

Se cree que una de las razones esenciales para entender la relación entre inteligencia emocional y resiliencia reside en el hecho de que las situaciones estresantes contienen inseparablemente una alta dosis emocional. Por este motivo, Troy y Mauss (2011) afirman que la habilidad de las personas para organizar y equilibrar las emociones es una pieza valiosa en la determinación de la resiliencia (Núñez y Luzurraga, 2017). La inteligencia emocional se define como la habilidad que permite a las personas descubrir, utilizar y comprender las emociones de manera adecuada, facilitando las relaciones con el entorno, el manejo del estrés y la superación de dificultades (Muñoz, 2019).

Jiménez (2015) señala que la inteligencia emocional incrementa la resiliencia, aumentando la capacidad para afrontar presiones, obstáculos y eventos emocionalmente impactantes sin perder eficacia en el comportamiento.

Por otro lado, Luque, Augusto y Pulido (2016) indican que, en las últimas décadas, el individuo experimenta toda la gama de emociones y que lo primordial es que las emociones displacenteras se experimenten con menor frecuencia y se gestionen adecuadamente.

Según el Instituto Internacional de Estudios sobre la Familia (2013), uno de los objetivos fundamentales para un envejecimiento satisfactorio es mantener relaciones familiares y sociales que promuevan un nivel óptimo de satisfacción, donde cada miembro de la familia sienta que contribuye al bienestar común. Según el Diario Oficial El Peruano (2017), los adultos mayores son aquellas personas que tienen 60 años o más. En los años cincuenta, la población nacional estaba conformada en su mayoría por niños y niñas menores de 15 años, representando el 42% de cada 100 personas. Progresivamente, esta población disminuyó, y en el año 2021 representó el 25% de cada 100 habitantes. La población adulta mayor creció del 5.7% en los años cincuenta al 13% en el año 2021.

En los últimos tres meses del año mencionado, el 38.9% de los hogares a nivel nacional tenía al menos un adulto mayor entre sus miembros y el 25% tenía como jefe

o jefa de hogar a un adulto mayor, en su mayoría mujeres. Además, el 89.6% de los adultos mayores posee algún tipo de seguro de salud, ya sea público o privado (INEI, 2022).

La elección del objetivo de esta investigación se basa en la importancia de comprender la interrelación entre el nivel de resiliencia e inteligencia emocional en este grupo demográfico específico. En otras palabras, el propósito de la investigación es determinar la asociación entre estas dos variables en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor en la ciudad de Tarma.

1.2. Formulación del problema

Problema general

¿Cuál es la asociación del nivel de resiliencia e inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma?

Problemas específicos

- ¿Cómo son los niveles de resiliencia en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma?
- ¿Cómo son los niveles de inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma?
- ¿Cuál es la asociación del nivel de resiliencia en los factores sociodemográficos en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma?
- ¿Cuál es la asociación de la inteligencia emocional en los factores sociodemográficos en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma?

1.3. Justificación de la investigación

Según Urrutia y Villarraga (2010) se dice que la vejez es una etapa que no presenta una gran cantidad de estudios teóricos y es definida como una etapa de “involución” caracterizada por deficiencias, perdidas y problemas de salud física y del desarrollo humano. Sin embargo, también es una etapa de creación donde la persona autodirige su historia de vida convirtiéndose así en un fenómeno individual y social.

Por ello, la presente investigación se enfocó en estudiar la estrecha relación entre el nivel de resiliencia e inteligencia emocional en adultos mayores. Por una parte, para Sinclair y Wallston (2004) la resiliencia permite que el sujeto se perciba con mayores herramientas para afrontar eventos difíciles lo cual ayudará en la concepción positiva de su existencia y con ello experimentar satisfacción con la misma. Por otra parte, la inteligencia emocional es necesaria para que los pensamientos que influyen en sus emociones no sean negativos y por ende no afecten directamente en su salud. Así, el trabajo a continuación no solo mostrará los grados de resiliencia e inteligencia emocional en adultos mayores sino también permitirá ver desde otra perspectiva la realidad que muchos ancianos perciben en esta etapa de sus vidas.

Respecto al valor teórico, la presente investigación pretendió fortalecer los modelos teóricos correspondientes a la resiliencia y la inteligencia emocional en la población de adultos mayores. Asimismo, este estudio tiene la finalidad de motivar a generar nuevas investigaciones en la misma población con diferentes características.

Respecto al valor metodológico, la presente investigación obtuvo información clara, concisa y coherente utilizando instrumentos que se encuentran validados de

acuerdo a la realidad social, como la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young en la versión adapta a Perú por Novella (2002) que busca conocer el nivel de resiliencia y, por otro lado, la escala de inteligencia emocional TMMS – 24 en su adaptación realizada al español por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004). Respecto al valor social, la investigación al lograr determinar los niveles de inteligencia emocional, así como de resiliencia en adultos mayores se sugirió la intervención psicológica en los casos que presentaron indicios de dificultades psicológicas relacionadas a las variables antes mencionadas, todo esto con la finalidad de mejorar los indicadores que perjudiquen potencialmente la salud mental de los participantes.

1.4. Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivo general

Determinar la asociación del nivel de resiliencia e inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma.

1.4.2. Objetivos específicos

- Describir los niveles de resiliencia en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma.
- Describir los niveles de inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma.
- Determinar la asociación del nivel de resiliencia entre los factores sociodemográficos en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma.
- Determinar la asociación del nivel de inteligencia emocional entre los factores sociodemográficos en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma.

1.5. Hipótesis

Hipótesis general

H_1 = Existe asociación significativa del nivel de resiliencia e inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma.

H_0 = No existe asociación significativa del nivel de resiliencia e inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma.

Hipótesis especificas

$H2_1$ = Existe asociación significativa de la resiliencia entre los factores sociodemográficos en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma.

$H2_0$ = No existe asociación significativa de la resiliencia entre los factores sociodemográficos en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma.

$H3_1$ = Existe asociación significativa de la inteligencia emocional entre los factores sociodemográficos en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma.

$H3_0$ = No existe asociación significativa de la inteligencia emocional entre los factores sociodemográficos en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

Antecedentes internacionales

Veloz (2023) realizó un estudio para examinar la relación entre la Calidad de Vida y la Inteligencia Emocional en adultos mayores que recibían atención domiciliaria a través del servicio "Mis Mejores Años" de la parroquia Palmira, Ecuador. Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia con 93 participantes. El enfoque fue cuantitativo, observacional, transversal, prospectivo y analítico. Para evaluar las variables, se emplearon la Escala WHOQOL-OLD para la calidad de vida y el test TMMS-24 para la inteligencia emocional. Los resultados mostraron que el 64.5% de los adultos mayores necesitaba mejorar en la reparación emocional, mientras que el 74.2% presentó una habilidad sensorial moderada en la escala de calidad de vida. En conclusión, se encontró una relación sutil entre las variables en esta muestra de estudio.

Molina (2021) en su investigación estudió la relación de la inteligencia emocional y su calidad de vida en las personas de la tercera edad del Hogar de Acogimiento del adulto mayor de San Pedro de Cevallos en Ambato – Ecuador. La muestra estuvo conformada por 20 adultos mayores, el enfoque de investigación fue mixto (Cualitativo – Cuantitativo) y nivel descriptivo correlacional. Los instrumentos usados fueron el Test TMMS-24 de inteligencia emocional y el Cuestionario WHOQOL-BREF de calidad de vida. Los resultados muestran que el valor de prueba es inferior al nivel de significancia (0,05) entre las dimensiones reparación y psicología. O sea, ambas se correlacionan de forma directa. En conclusión, se determina que la inteligencia emocional influyó en la calidad de vida durante la pandemia Covid-19 en la población mencionada, específicamente en las dimensiones de Atención, Claridad y Reparación.

Llano (2021) su estudio tuvo como objetivo conocer la relación entre el miedo a la muerte y la resiliencia en los adultos mayores residentes en el Geronto-Geriátrico del Hospital de Especialidades de las Fuerzas Armadas N° 1 en Quito – Ecuador. El método de investigación es cuantitativo, correlativo, de diseño transversal no experimental; se utilizó un muestreo no probabilístico, con una muestra de 33 adultos mayores. Los instrumentos usados fueron la Escala de miedo a la muerte de Collet-Lester (EMMCL) y la Escala de Resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC). Sobre los resultados, se observó que el 64% de la población presenta un nivel promedio de resiliencia y un 100% un nivel moderado en la escala de miedo a la muerte. En conclusión, el manejo de miedo a la muerte sí tiene relación con el manejo de la resiliencia de los adultos mayores.

Cabrera (2020) tuvo como objetivo examinar la relación que había entre Inteligencia Emocional y la Satisfacción Vital en los adultos mayores de la ciudad de Concordia entre Ríos – Argentina. La recolección de datos se efectuó por medio de un diseño transversal, descriptivo-correlacional, con un muestreo no probabilístico-intencional de 60 adultos mayores de la población planteada. Los instrumentos usados fueron la escala de inteligencia emocional (EQ-i-M20) y la escala de satisfacción con la vida (SWLS). Dentro de los resultados se pudo apreciar que en promedio los valores de inteligencia emocional son medios y sobre los niveles de satisfacción vital los niveles de satisfacción son altos, específicamente “satisfechos” y “extremadamente satisfechos” con un 31,7% por cada una. En conclusión, se comprobó que ambas variables presentan una asociación positiva y significativa.

Cerquera et al. (2019) en su investigación proponen como objetivo identificar las estrategias de afrontamiento y el nivel de resiliencia de un total de 60 adultos mayores víctimas del conflicto armado colombiano de los municipios de Bucaramanga, Floridablanca y Piedecuesta - Colombia. El estudio fue de enfoque cuantitativo no experimental, de alcance descriptivo transversal, con muestreo no probabilístico a conveniencia. Los instrumentos usados fueron la Escala de Estrategias de Afrontamiento - modificada (EEC-M) y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young modificada por Novella (1993). En los resultados se encontró que el 85% presentan un nivel de resiliencia alto y la estrategia de mayor uso fue la religión con un 95%. En conclusión, la estrategia de mayor uso se centra en regular la carga emocional que dejo la experiencia del conflicto armado y la resiliencia funciona como un factor protector muy importante a tener en cuenta.

Antecedentes nacionales

En el marco nacional se encontró artículos con variables similares a la presente investigación, para empezar Ignacio y Navarro (2022) tuvieron como objetivo conocer la relación entre afrontamiento al estrés y resiliencia en adultos mayores del Centro Integral de Atención al Adulto Mayor en El Tambo - Huancayo. La muestra estuvo conformada por 120 adultos mayores y fue de tipo probabilística. El estudio fue no experimental con un nivel descriptivo y correlacional. Se usaron los instrumentos: La escala de Resiliencia de Wagnild y Young y el cuestionario de Afrontamiento del estrés (CAE) de Chorot y Sandín. Con respecto a los resultados, el 60.8% presenta un nivel medio de resiliencia y la revaluación positiva viene siendo la estrategia de mayor uso representado por un 17.2% en esta población. En conclusión, el estudio muestra que si existe relación altamente significativa entre ambas variables planteadas.

Sparrow (2022) donde su objetivo fue determinar la relación entre la resiliencia y el apoyo social percibido en un grupo de adultos mayores en situación de calle acogidos en un centro de atención de Lima. La muestra fue no probabilística con un total de 36 personas. El diseño fue cuantitativo correlacional. Se usaron los siguientes instrumentos: La Escala de Resiliencia de Wagnild y Young adaptado por Novella y el Cuestionario MOS de Apoyo Social Percibido de Sherbourne y Stewart adaptado por Baca. Los resultados muestran que el nivel de correlación es débil con un Rho de Spearman de 0.172. Como conclusión, se demostró que no existe una relación estadísticamente significativa, pero si hay una correlación positiva baja entre las variables antes mencionadas.

Huertas y Vera (2021) en su investigación tuvieron como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional y resiliencia de un centro del adulto mayor de Chongoyape - Trujillo en tiempos COVID 19. Se desarrolló bajo el enfoque cuantitativo, de tipo básico y se aplicó un diseño no experimental transversal, correlacional. Fue un estudio censal conformada por 90 adultos mayores. Los instrumentos usados fueron la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young, adaptada al español por Sánchez y Robles (2015) y la Escala de Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer, adaptado por Fernández, Extremera y Ramos (2004). Dentro de los resultados, se obtuvo que el 52,2% de la población posee un nivel alto de inteligencia emocional y sobre la resiliencia existe un nivel alto y muy alto de 45,5% cada una. En conclusión, si existe relación estadísticamente significativa con tamaño del efecto mediano entre las variables planteadas.

Guillen (2021) el objetivo de esta investigación fue determinar la relación que existe entre Felicidad e Inteligencia Emocional en adultos mayores participantes del Centro del Adulto Mayor del seguro social EsSalud en Cajamarca cuyas edades

oscilan entre los 60 y 90 años. El tipo de estudio fue básico, no experimental, correlacional-descriptivo y también transversal. La muestra está conformada por 65 adultos mayores y es de tipo aleatorio simple. Sobre los instrumentos, se empleó la escala de Felicidad de Lima creada por Alarcón y el TMMS-24 creada por Fernández – Berrocal, Extremera y Ramos. Sobre los resultados se obtuvo que el 82% de adultos mayores presentan un nivel de felicidad bajo y el 50% presenta un nivel adecuado de inteligencia emocional. En conclusión, existe una relación inversa entre ambas variables y, además, hay una tendencia negativa en este resultado por parte de la población estudiada.

Bendezu (2021) en su estudio tuvo como línea de investigación identificar la relación entre maltrato e inteligencia emocional de 84 adultos mayores de una urbanización en Ica. El estudio que se realizó tuvo un nivel correlacional, cuantitativa y de corte transversal. Sobre los instrumentos usados fueron: Trait Meta Mood Scale – 24 y la Escala de Maltrato al Adulto Mayor (GMS). Sobre los resultados, se muestra que el 45,24% tiene un riesgo medio de padecer maltrato y el 70,24% de la población presentan un nivel promedio de inteligencia emocional. En conclusión, existe una correlación inversa significativa de nivel moderada entre las variables planteadas.

Por último, Arapa y Arce (2019) en su investigación tuvieron como finalidad saber la relación entre la inteligencia emocional y las actitudes hacia la muerte en 155 adultos mayores en el Distrito de José Luis Bustamante y Rivero – Arequipa. El enfoque se caracterizó por ser descriptivo y correlacional, lo que implicó un diseño de estudio no experimental y de naturaleza transversal. Los instrumentos usados fueron: El Trait Meta Mood Scale TMMS-24 para la primera variable y la Escala de Actitudes Hacia la Muerte. Los resultados mostraron que el 67.7% tiene una actitud indiferente hacia la muerte y el 54.8% poseen un nivel alto de inteligencia emocional. Se concluyó así, que la mayoría de adultos mayores, tanto hombres como mujeres, tienen un buen control emocional sin diferencias significativas entre ellos en este aspecto.

2.2. Bases teóricas

Resiliencia

Evolución conceptual de la resiliencia

El concepto de resiliencia comenzó a popularizarse, desarrollarse y ganar importancia en el siglo XX, anteriormente solo se empleaba este término para referirse a cualquier material que podía recuperar su forma inicial a pesar de haberlo deformado, mayormente usado en ciencias como la física (Becoña, 2006).

Se sabe que, en 1945, Bowlby fue el primero que utilizo la terminología resiliencia en sentido figurado e insistió en la importancia del apego en el origen de la resiliencia en psicología, él lo definió como el resorte moral o la cualidad de la persona que no se desanima, que no se deja abatir (Cyrulnik et al., 2003).

Específicamente, Richardson et al. (1990) postulan en su publicación una reseña titulada “el modelo de la resiliencia” que la resiliencia significa el balance bio-psico-espiritual u homeostático que vendría a ser un tipo de adaptación entre mente, cuerpo y espíritu ante las circunstancias diarias que se experimentan.

De igual manera, Grotberg (1996) expone que la resiliencia es aquella capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades y situaciones

complicadas de la vida, superarlas, salir de ellas fortalecido o incluso transformado positivamente por ellas.

Posteriormente, la APA (2011), ha definido resiliencia como el desarrollo de la adecuada adaptación frente al infortunio, traumas, tragedia u otras amenazas. Alcanzar la capacidad de ser resiliente tranquilamente vendría a ser un camino repleto de dificultades que perjudican el estado emocional de una persona. Implicando conductas, pensamientos y reacciones que pueden ser memorizadas y desarrolladas por el individuo.

Modelos teóricos de la resiliencia

Villalba (2003) en su publicación orientada en conocer el concepto de resiliencia no solo de forma individual, sino en un ámbito social y familiar describió el siguiente modelo.

Modelo de los pilares de la resiliencia de Wolin (1999)

Introspección: es aquella habilidad de cuestionarse a uno mismo y responder sinceramente.

Independencia: es aquella habilidad de equilibrar la cercanía emocional y física con los demás sin llegar a alejarse por completo. Implica saber definir de manera adecuada los límites entre uno mismo y las situaciones difíciles que los rodean.

Capacidad de relacionarse: habilidad para conectarse con otros, y equilibrar la necesidad propia de afecto con la disposición de relacionarse con los demás.

Iniciativa: esta habilidad implica encontrar satisfacción en enfrentar desafíos y someterse a pruebas que van volviéndose más difíciles con el tiempo.

Humor: habilidad de encontrar lo gracioso incluso en situaciones difíciles.

Creatividad: habilidad de transformar la confusión en algo organizado y estéticamente agradable.

Moralidad: capacidad de comprometerse con principios y valores, esto tiende a desarrollarse de manera más notable a partir de los 10 años de edad en adelante.

Modelo de Wagnild y Young (1993)

Establecieron que la resiliencia es una cualidad individual de la personalidad que en situaciones estresantes permite minimizar su consecuencia negativa e impulsa la adaptación, tomando en consideración la seguridad y la valentía frente a escenarios de adversidad que en ocasiones suelen ocurrir. Se puede entender como la capacidad de realizar las cosas correctamente, incluso cuando no se cuentan con factores favorables que respalden la superación del evento negativo. Por lo general, las personas resilientes logran salir adelante de estas situaciones, a veces con cambios o transformaciones, pero siempre fortalecidas por su capacidad de tolerar presiones, superar obstáculos y resistir cuando parece que todo va mal.

La resiliencia consta de cinco dimensiones que se encuentran interrelacionados, estas son: ecuanimidad, perseverancia, autoconfianza, satisfacción personal y sentirse bien solo.

A continuación, se describe individualmente:

Ecuanimidad: refiere a tener un criterio equilibrado de la vida personal y de las experiencias, es decir implica recibir las cosas con calma y moderar la actitud frente a la desgracia.

Perseverancia: proporciona el aspecto de la libertad y la noción de que las personas son singulares e importantes, además de darle valor a la soledad

Autoconfianza: es la habilidad para confiar en uno mismo y sus habilidades.

Satisfacción personal: se refiere a entender el concepto de vida, y el rol que se tiene en la vida.

Sentirse bien solo: proporciona la idea de la libertad y la noción de que cada uno es extraordinario e importante, además de darle valor a la soledad.

Conociendo el modelo de los pilares de la resiliencia de Wolin y el modelo de Wagnild y Young, el actual estudio se basó en las dimensiones de Wagnild y Young, porque es considerado como un modelo destacado, integrado y pertinente. Por su parte, tales dimensiones del modelo son abarcados en diversas investigaciones por su reconocido sustento teórico.

Inteligencia emocional

Trujillo y Rivas (2005) realizaron una investigación sobre la evolución teórica del concepto de inteligencia emocional. Entre sus aportes se destacan:

En 1870, Francis Galton fue uno de las primeras personas que comenzó a investigar y realizar un análisis sistemático sobre las “diferencias individuales” en la capacidad mental de los individuos usando un sistema de conformidad de métodos. Galton también fue uno de los primeros que comenzó a usar programas y métodos no tan comunes para ese tiempo. Próximamente, Cattell creo y expuso pruebas mentales con la misión de transformar a la psicología en una ciencia aplicada (1890). Él fue de los primeros psicoanalistas en América en asignarle una puntuación al estrés producto de su acción experimental.

En 1920, Thorndike tuvo un primer acercamiento real al constructo. El concepto de Inteligencia Social propuesto por Thorndike le ha llevado a ser considerado un precursor del significado de “Inteligencia Emocional” que la define como “la capacidad de comprender y orientar a los individuos y de actuar sabiamente en las relaciones de las personas entre sí”. Sin embargo, con la aparición del conductismo, ni la inteligencia ni la emoción fueron los principales temas de estudio por lo que habría que esperar a que se despertara un interés genuino por el estudio de los procedimientos cognitivos. Ya en 1930, Wechsler mostró dos baterías de prueba que se centraban en medir la inteligencia: las escalas para adultos WAIS (1939) y la escala para niños WISC (1949).

Del año 1960 en adelante se pudo apreciar un decrecimiento en las posturas conductistas y se originó la emergencia de procesos cognitivos con el estructuralismo. El psicólogo suizo Jean Piaget formado en la “leyenda” del coeficiente intelectual, se resistió a estas nuevas posturas psicométricas y del pensamiento de la información, aunque no hizo una crítica contundente en contra del movimiento de prueba su opinión se hace notar en los estudios científicos que expuso.

En 1971, Sigmund Freud empleó la ley del efecto al incluir el concepto de racionalidad como un añadido del principio de satisfacción, instaurando el “principio de la realidad”. Posteriormente, entre los años 1972 y 1973 Piaget y Maslow expusieron una nueva noción de desarrollo dinámico del principio. En los últimos tiempos el desarrollo de la neurociencia ha incentivado la manifestación de modelos integradores de la ley del efecto acoplando la capacidad racional con la determinación espontanea.

En el año 1983, el psicólogo Howard Gardner publicó Frames of Mind (marcos de la mente) donde re conceptualizó la noción de la inteligencia por medio de la teoría

de las Inteligencias Múltiples, dicha teoría planteo que las personas disponen de siete clases de inteligencia autosuficientes una de la otra. Estos siete tipos de inteligencias son: la inteligencia musical, inteligencia kinestésica-corporal, inteligencia espacial, inteligencia lingüística, inteligencia lógico-matemática. Esta teoría incluyó dos tipos de inteligencias que tenían que ver con la inteligencia social según Edward Thorndike: la inteligencia intrapersonal y la inteligencia interpersonal. Gardner en 1995 agregó una octava rama; la inteligencia naturista y más adelante realizó otro cambio a su teoría de las Inteligencias múltiples aumentando un noveno tipo, la inteligencia existencial.

La noción de Inteligencia Emocional fue propuesta por Salovey y Mayer en el año 1990 tomando como una guía los lineamientos de Gardner en su teoría de las Inteligencias Múltiples. No obstante, esta conceptualización no es novedosa ni desconocida, pues tiene su origen en la “ley del efecto” expuesta por Thorndike a finales de la década de los ochenta, al proponer estos términos en su tesis doctoral desarrolló un principio explicativo del aprendizaje animal.

Por su parte, Salovey y Mayer a inicios de la década de los noventa formularon su concepto de Inteligencia Emocional partiendo y guiándose de las inteligencias intrapersonal e interpersonal de Howard Gardner. Sin embargo, le pertenece al psicólogo Daniel Goleman el mérito de propagar rápidamente el concepto en 1995 por medio de su obra orientada al ámbito empresarial donde introduce el estudio de la Inteligencia Emocional, sus alcances, utilidad y beneficios en el ámbito administrativo.

Es así como según Trujillo y Rivas (2005) la Inteligencia Emocional está compuesta por meta habilidades que fueron categorizadas en cinco componentes: conocimiento de las propias emociones, capacidad para controlar las propias emociones, capacidad para motivarse, reconocer las emociones de los demás y gestionar las relaciones.

Garcia y Gimenez (2010) realizaron una investigacion relaciónada a los diversos modelos que se conoce sobre inteligencia emocional, donde se incluyen los siguientes.

Modelo de Bar-On (1988)

Este modelo define a la Inteligencia Emocional como la unión del cociente emocional e intelectual, englobándolo como un constructo conformado por múltiples factores:

Componente intrapersonal:

La comprensión emocional de uno mismo: Capacidad para comprender el porqué de los sentimientos y emociones humanas.

Asertividad: Habilidad para expresar sentimientos y creencias sin la necesidad de dañar los sentimientos y emociones de los demás. Capacidad de defender los derechos de manera asertiva.

Autoconcepto: Capacidad para comprender y aceptarse a uno mismo. Siempre aceptando y haciéndose cargo de los lados positivos y negativos, siempre tomando en cuenta sus limitaciones.

Autorrealización: Capacidad para hacer lo que en verdad se puede y se desea hacer.

Independencia: Habilidad de sentirse seguro de sí mismo y sobre las acciones y decisiones que se suele tomar.

Componente interpersonal:

Empatía: Capacidad para sentir y comprender los sentimientos de las otras personas

Relaciones interpersonales: Habilidad para ordenar y mantener relaciones gratas con su entorno social.

Responsabilidad social: Capacidad para mostrarse como un individuo cooperativo y contribuyente a su grupo social.

Componentes de adaptabilidad:

Solución de problemas: Habilidad para encontrar y precisar los problemas y progresivamente ir generando respuestas asertivas.

Prueba de la realidad: destreza para entender las diferencias entre lo que se siente y lo que sucede en realidad.

Flexibilidad: capacidad para efectuar un ajuste correcto de las emociones, pensamientos, conductas y comportamientos a situaciones variadas.

Componentes del manejo del estrés:

Tolerancia al estrés: agilidad para soportar situaciones difíciles, estresantes y emociones considerables.

Control de los impulsos: Habilidad para controlar las emociones e impulsos.

Componente del estado de ánimo en general:

Felicidad: Facilidad para sentir satisfacción con el estilo de vida que se mantiene.

Optimismo: capacidad para ver el aspecto más positivo y asertivo de las situaciones de la vida diaria.

Modelo de Goleman (1995)

Este modelo plantea que el cociente intelectual se complementa con un cociente emocional. esta se expresa en las interrelaciones que se producen. Según Goleman, los componentes son:

Conciencia de uno mismo: Comprender los estados internos de uno mismo. al igual que los recursos e intuiciones.

Autorregulación: también conocida por tomar el control de los estados, impulsos y recursos.

Motivación: Tendencias emocionales que facilitan al individuo el logro de objetivos.

Empatía: Aquella capacidad para comprender los sentimientos. necesidades y preocupaciones de los demás.

Habilidades sociales: Capacidad para instigar respuestas esperadas en los demás de manera efectiva.

Por otro lado, Fernandez y Extremera (2005) realizaron un estudio enfocado en la educación de emociones desde el siguiente modelo:

Modelo de Salovey & Mayer (1990)

La inteligencia emocional desde este modelo se explica como la capacidad de percibir, comprender y regularizar satisfactoriamente las emociones en uno mismo y en los demás, esto permite desarrollar un comportamiento adaptativo en el ambiente, se relaciona a la capacidad de comprender y explicar las conductas tanto individuales como colectivas por medio de la atribución de fases mentales; entre ellas: las creencias, intenciones y emociones.

Habilidad de percepción emocional

Es aquella capacidad que permite explorar y reconocer las emociones particulares y de las demás personas, también involucra suministrar atención y descodificación de los signos emotivos sean los movimientos corporales, las expresiones faciales y la tonalidad de voz. Asimismo, abarca la posibilidad para discriminar adecuadamente la sinceridad y honestidad de las emociones expresadas.

Habilidad de facilitación o asimilación emocional

En tal habilidad se consideran a los sentimientos cuando se razona y soluciona algún problema que aqueja al individuo haciendo referencia a la explicación de cómo las emociones se involucran en el aspecto cognitivo y la toma de decisiones. Respecto a la destreza, se indica que en función a los estados de ánimo la visión sobre los problemas suele cambiar mejorando de esa manera el pensamiento creativo. Además, se resalta que las emociones actúan de manera beneficiosa sobre el razonamiento y procesamiento de la información.

Habilidad de comprensión emocional

Consiste en extraer un amplio y complejo repertorio de las señales emocionales como el nombrar o etiquetar las emociones para poder examinar las categorías que llegan a agruparse también abarca el conocer las causas que generan el estado emocional y cuáles serían las acciones a futuro; incluso en esta hay una combinación de varios estados emocionales, teniendo a las emociones primarias y secundarias.

Habilidad de regulación emocional

Es la habilidad más compleja, porque abarca la capacidad de apertura a los sentimientos positivos y negativos; permitiendo reflexionar, descartar o aprovechar la información de acuerdo a su utilidad. Al regular adecuadamente las emociones existen un manejo propio del mundo intrapersonal e interpersonal. Es la habilidad encargada de recibir los sentimientos positivos o negativos que se puede percibir.

A partir de este modelo teórico, con el transcurso de los años y fundamentándose en el TMMS-48 (un instrumento psicométrico basado en el modelo teórico explicado), Fernández y Extremera (2005) desarrollaron el TMMS-24. Esta versión, a diferencia de la anterior, se completa en un tiempo más reducido y se adapta mejor a diversas poblaciones, incluyendo a los adultos mayores. Este instrumento se basó en tres dimensiones:

Atención Emocional : Implica reconocer las propias emociones en el momento en que ocurren, percibiendo y registrando los diferentes impulsos emocionales de uno mismo.

Claridad Emocional : Identificar y comprender el nivel emocional propio del individuo, reconociendo la causa que lo origina. A nivel personal, se entiende como la suma de lo emocional y cognitivo, ya nivel social, como la empatía hacia los demás.

Reparación de las Emociones : Bloquear los efectos negativos de una emoción y aprovechar los positivos, permitiendo comprender y gestionar las emociones de manera que no se causen daño a sí mismo.

Conociendo los modelos y las dimensiones del modelo de Mayer y Salovey, el actual estudio se basó específicamente en las dimensiones del modelo planteado por Mayer y Salovey, porque cuenta con mayor respaldo, aporte científico, viabilidad, coherencia y certeza practica en diversas publicaciones.

CAPÍTULO III. MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación

Esta investigación se efectuó con un enfoque cuantitativo, para determinar los niveles de resiliencia e inteligencia emocional en adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma, así Hernández (2014) considera a este enfoque como aquella recolección y análisis de los datos recaudados para poder responder a preguntas de investigación y comprobar hipótesis establecidas con anterioridad; además, confía en la medición, el conteo y el uso correcto de la estadística para fijar con precisión modelos sobre el comportamiento en una determinada población.

Por otro lado, el alcance del estudio fue correlacional y se planificó explicar la existencia o no de la relación entre la resiliencia y la inteligencia emocional. Según lo sugerido por Cancela, Cea, Galindo y Valilla (2010), este tipo de estudios se entienden como aquellos donde se está interesado en explicar o despejar dudas acerca de las relaciones presentes entre las variables a estudiar, todo esto con ayuda de los coeficientes de correlación.

Por último, el diseño del presente estudio fue transversal no experimental, Kerlinger y Lee (2002) definen a la investigación no experimental como la indagación empírica y sistemática, donde el investigador no tiene un control directo de las variables a estudiar, ya que más publicaciones de los estudios ya acontecieron anteriormente o son imposibles de manipular.

3.2. Población y muestra

El estudio se realizó en el Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma durante el año 2022, donde el rango de edad va entre los 60 años a 90 años, repartidos en talleres de yoga, baile, manualidades, tejido, taichi, biohuerto, etc., siendo la población total de 101 personas de ambos sexos, donde la gran mayoría fueron del sexo femenino.

3.2.1. Tamaño de la muestra

El estudio fue de tipo censal, siguiendo la definición de Ramírez (1996) que lo define como una técnica para recopilar datos de toda una población o grupo que se pretende estudiar. Por esta razón, se incluyó un total de 101 personas para la presente investigación.

3.2.2. Selección del muestreo

Debido a que es un estudio censal no se realizará un tipo de muestreo

3.2.3. Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

- Adultos mayores pertenecientes al Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma (CIAM) que participan en los diversos talleres del programa.
- Adultos mayores con funciones cognitivas activas.
- Adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma que aprobaron su participación voluntariamente en el estudio después de firmar el consentimiento informado.
- Las edades de los adultos mayores deben oscilar entre 60 y 90 años.

Criterios de exclusión

- Adultos mayores con alguna discapacidad motora que imposibilite completar el test.
- Adultos mayores que se negaron a firmar el consentimiento informado.

3.3. Variables

En la presente investigación se tiene las siguientes variables:

- Variable resiliencia.
- Variable inteligencia emocional.

3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables

Definición conceptual: Resiliencia

Wagnild y Young (1993) establecieron que la resiliencia es una cualidad individual de la personalidad que en situaciones estresantes permite minimizar su consecuencia negativa e impulsa la adaptación.

Definición operacional: Resiliencia

En la investigación se utilizó la escala de resiliencia de Wagnild y Young adaptada al Perú por Novella. Esta comprende de 25 ítems y está compuesta por cinco componentes los cuales agrupan ítems: satisfacción personal (ítems 16, 21, 22, 25), ecuanimidad (ítems 7, 8, 11 12), sentirse bien solo (ítems 5, 13, 19), confianza en sí mismo (ítems 3, 6, 9, 10, 17, 18, 24) y perseverancia (ítems 1, 2, 4, 14, 15, 20, 23). de las cuales se obtiene un puntaje global.

Variable categórica politómica ordinal caracterizada en tres niveles:

- Bajo (25 – 75)
- Medio (76 – 126)
- Alto (127 – 177)

Categoría y variables de las dimensiones:

Satisfacción Personal

- Nivel bajo: 4 - 12
- Nivel medio: 13 - 21
- Nivel alto: 22 – 30

Ecuanimidad

- Nivel bajo: 4 - 12
- Nivel medio: 13 - 21
- Nivel alto: 22 – 30

Sentirse Bien Solo

- Nivel bajo: 3 - 9
- Nivel medio: 10 - 16
- Nivel alto: 17 – 23

Confianza en Sí Mismo

- Nivel bajo: 7 - 21

- Nivel medio: 22 - 36
- Nivel alto: 37 – 51

Perseverancia

- Nivel bajo: 6 - 18
- Nivel medio: 19 - 31
- Nivel alto: 32 – 44

Definición conceptual: Inteligencia emocional

Para Salovey y Mayer (1990) la inteligencia emocional es aquella capacidad para captar y expresar emociones exactas, para conocer los sentimientos que ayuden a generar un pensamiento para entender las emociones humanas y el conocimiento emocional, es aquella habilidad para ajustar las emociones y a la vez facilitar el crecimiento actitudinal e intelectual.

Definición operacional: Inteligencia emocional

En la investigación se utilizó el Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24). Este comprende 24 preguntas dividido en tres dimensiones: atención emocional (del ítem 1 al 8), claridad emocional (del ítem 9 al 16) y reparación emocional (del ítem 17 al 24) de las cuales se obtiene puntajes globales.

Variable categórica politómica ordinal caracterizada en tres niveles:

- Bajo (24 – 56)
- Adecuado (57 – 89)
- Alto (90 – 122)

Categoría y variables de las dimensiones:

Atención Emocional

- Nivel bajo: 8 - 18
- Nivel medio: 19 - 29
- Nivel alto: 30 – 40

Claridad Emocional

- Nivel bajo: 8 - 18
- Nivel medio: 19 - 29
- Nivel alto: 30 – 40

Reparación Emocional

- Nivel bajo: 8 - 18
- Nivel medio: 19 - 29
- Nivel alto: 30 – 40

Definición conceptual: Factores sociodemográficos

Edad: Según la Real Academia Española (2021), es el espacio de tiempo que una persona vive expresado en años. Se considera como una variable cuantitativa que va desde los 60 a 90 años. Esta información será admitida en la encuesta.

Sexo: Según la Real Academia Española (2021), es el grupo al que pertenecen las personas diferenciándolas por su sexo desde un punto netamente biológico. Es una variable dicotómica, nominal y cualitativa. Existe sexo Masculino (M) o Femenino (F), esta información será recaudada en la hoja de datos sociodemográficos.

Procedencia: Según la Real Academia Española (2021), es el origen o principio de donde algo nace o deriva. Variable cualitativa, nominal y politómica. La información recopilada se presentará en la hoja de datos sociodemográficos.

Ocupación: Según la Real Academia Española (2021), es la actividad a que se dedica o empleo de la persona. Esta es una variable cualitativa, nominal y polinómica. La información será recaudada en la hoja de datos sociodemográficos.

Con quien vives actualmente: ¿Con quién vives? Cualitativa, nominal y variable politómica. La información se recopilará en la hoja de datos sociodemográficos.

Si tienes pareja, la relación es: Adultos mayores con una variable cualitativa, nominal y politómica. La información se captura en la hoja de recopilación de datos sociodemográficos.

La relación con tus familiares es: ¿Cómo es la relación con tus familiares? Cualitativa, nominal y variable politómica. La información será expuesta en la hoja de recopilación de datos sociodemográficos.

Definición operacional: Factores sociodemográficos

La definición operacional se puede visualizar en el anexo 05.

3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos

Plan de recolección de datos.

El plan de recopilación de datos se ideó con el objetivo general de determinar si existe una conexión entre el nivel de resiliencia y la inteligencia emocional entre los adultos mayores del Centro integral del Adulto Mayor de Tarma. Las pautas de la aplicación son las siguientes:

Planificación: Consistió en realizar los procedimientos administrativos propuestos por el departamento de investigación de la Universidad Católica Sedes Sapientiae para lograr obtener una solicitud de permiso y una carta de presentación para emplear los instrumentos en el Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma. 2022.

- **Entrevista:** se estableció una entrevista con la coordinadora del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma, donde se detalló el uso de los instrumentos y el tiempo requerido; con la finalidad de lograr la aceptación del instrumento de evaluación para la aplicación.
- **Explicación:** comenzó con la presentación de la evaluadora a los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor, se dio una breve presentación donde se explicó el tema que se tenía que avaluar. Después se proporcionó el material: las copias del consentimiento informado que tendrán que firmar, destacando los lineamientos éticos de la confidencialidad con respecto a la información y la protección de ella.

- **Solicitud:** se comenzó hablando sobre las instrucciones generales para los instrumentos que se completaron progresivamente, se comenzó con el registro sociodemográfico y después con la lista de resiliencia de Wagnild y Young en la versión adaptada de Novella (2002) y posteriormente se continuó con la escala de inteligencia emocional en su versión adaptada por Fernández-Berrocal Extremera y Ramos (2004).
- **Terminación:** se procedió a realizar la recolección de los instrumentos completados.
- **Evaluación:** Se realizó la calificación de los instrumentos para hallar los resultados.

Con todos estos datos obtenidos se generó una base de datos para el análisis correspondiente.

Instrumentos

Ficha técnica de la variable resiliencia

Nombre:	Escala de resiliencia
Autor:	Wagnild & Young.
Adaptado al Perú:	Angelina Cecilia Novella Coquis.
Año de Edición:	1993
Año de adaptación:	2002
Ámbito de aplicación:	Adolescentes y adultos.
Administración:	Individual y/o colectivo.
Duración:	25 a 30 minutos.
Ítems:	Está compuesto por 25 ítems.

El objetivo del instrumento fue identificar el nivel de resiliencia. Las dimensiones que evalúa son: ecuanimidad, satisfacción personal, perseverancia, confianza en sí mismo y el sentirse bien. Por otro lado, el tipo de calificación es de tipo Likert.

El instrumento fue validado por Carbajal (2023) donde se obtuvo una validez de 0,887 con el coeficiente KMO, se realizó con un análisis factorial exploratorio utilizando el método de extracción de componentes principales y la rotación Varimax con normalización de Kaiser. Y sobre la confiabilidad se obtuvo un 0,907 con el coeficiente Alfa de Cronbach. El puntaje total se logra sumando los puntajes del instrumento, los valores se registran desde 25 a 175; en el cual a mayor puntaje mayor será el nivel de resiliencia en la persona.

Ficha técnica de la variable inteligencia emocional

Nombre:	Trait Meta – Mood Scale (TMMS – 24).
Autores:	Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos.
Año de Edición:	1995
Año de adaptación:	2004
Ámbito de aplicación:	de 15 años a más.
Administración:	Individual o colectiva.
Duración:	15 a 20 minutos.
Ítems:	Está compuesto por 24 ítems.

El objetivo de este instrumento fue la identificación de los niveles de inteligencia emocional y las diferentes dimensiones que evalúa: Atención a los

sentimientos, Claridad emocional y Reparación emocional; con calificación de tipo Likert.

El instrumento fue validado en Perú por Paredes y Vidaurre (2016) donde se obtuvo que la validez de constructo es significativa y apta, por medio ítem-test aplicando el coeficiente de correlación de Pearson con una significancia de $p<0.05$ y $p<0.01$. Y sobre la confiabilidad se obtuvo un 0,829 con el coeficiente Alfa de Cronbach.

3.5. Plan de análisis e interpretación de la información

Se utilizó el programa Microsoft Excel 2019 como instrumento para crear la base de datos, después el SPSS (Paquete Estadístico de las Ciencias Sociales) en la versión número 27; esta analizó, clasificó y presentó las tablas de frecuencia usando las estadísticas descriptivas con el objetivo de tener un manejo optimo e interpretar los objetos correctamente.

Una vez teniendo la base de datos se registró los datos en el programa SPSS 27 y este realizó el análisis utilizando desviaciones estándar y medias para las variables cuantitativas.

Por otro lado, se utilizó el coeficiente de correlación chi-cuadrado para comprobar las hipótesis planteadas y también para calcular el grado de relación y la significación de las dos variables planteadas.

Para el caso de la variable numérica, de la edad se tendrá presente la prueba T de Student o U de Man Whitney para realizar la correlación. Para la prueba de normalidad se tomará en cuenta la Kolmogórov-Smirnov.

Por último, la significación estadística en la investigación planteada fue ≤ 0.05.

3.6. Ventajas y limitaciones

Ventajas:

- El tipo de investigación es correlacional, eso quiere decir que hay algunos antecedentes que trabajan con ambas variables y que serán empleados en la discusión de los resultados.
- Al ser una investigación de diseño transversal es menos costosa y exige menor tiempo.
- Se encontraron datos específicos, porque la muestra estadística representa a toda la población.
- Tiene una novedad exploratoria, debido a que no existen muchas investigaciones centradas en la población adulta mayor con respecto a las variables planteadas.

Limitaciones:

- Dado que el diseño del estudio es transversal, será inasequible estimar las variables estudiadas a lo largo del tiempo, ya que los datos serán recopilaron en un único momento dado.
- El tiempo de aplicación de los instrumentos: ambos instrumentos tienen tiempos límites y como el trabajo es con adultos mayores, existe la mínima posibilidad de que no todos completen la encuesta adecuadamente.
- Los resultados que se obtendrán pueden ser generalizados solo para los adultos mayores evaluados. Para generalizar en poblaciones más grandes será necesario un estudio en diferentes muestras.

3.7. Aspectos éticos

Con relación a la privacidad:

1. La única que puede acceder a la aplicación, la administración y los resultados del estudio es la investigadora y no lo utiliza para ningún otro propósito a parte de la investigación.
2. Los encuestados están totalmente informados sobre todos los aspectos del estudio.

La confidencialidad y protección de datos:

1. La información que se extrajo es totalmente anónima. Los datos solo se usaron para la presente investigación y además se brindó toda la información ante cualquier duda que un adulto mayor pueda presentar.
2. La administración de los instrumentos fue confidencial.

Cero discriminaciones de ningún tipo y participación libre:

1. No se discriminó ni presionó a ninguno de los próximos encuestados puesto que su colaboración fue totalmente consentida.

Tener consentimiento informado para apoyar la investigación:

1. El propósito de la investigación fue informado en todo momento y se brindó toda la ayuda necesaria sobre todos los aspectos.

Sobre la calidad del estudio, la autoría y los resultados:

1. El estudio posee el único objetivo de generar valor científico usando la metodología científica. Para ello, es importante la aportación predictiva de sus conclusiones.

CAPÍTULO IV. RESULTADOS

De los 101 adultos mayores encuestados se encontró que el 99.0% son de sexo femenino. En cuanto a su procedencia, el 83.2% pertenece a la zona urbana, y el 68.3% vive en una vivienda propia. Respecto a la ocupación, el 59.4% no trabaja, y en términos de condición económica, el 39.6% recibe apoyo de familiares o es autofinanciado/jubilado. En cuanto a la convivencia, el 38.6% vive con hijos. En términos de relaciones familiares, el 65.3% tiene una buena relación con su familia. Respecto a la relación con la pareja, el 49.5% no tiene pareja. Por último, el 75.2% reporta tener una buena relación con los integrantes del Centro Integral del Adulto Mayor. La edad promedio de esta muestra es de 69.8 años.

Tabla 1.
Descripción de las variables sociodemográficas

	Variable	%	n
Edad			
	m / DE	69.86 / 7.133	
Sexo			
	Masculino	1	1.0
	Femenino	100	99.0
Procedencia			
	Zona urbana	84	83.2
	Zona rural	17	16.8
Tipo de vivienda			
	Propia	69	68.3
	Alquilada	32	31.7
Ocupación			
	Trabaja	41	40.6
	No trabaja	60	59.4
Condición económica			
	Con apoyo de familiares	40	39.6
	Autofinanciado/Jubilado	40	39.6
	Ambas	21	20.8
Con quienes vives actualmente			
	Hijos	39	38.6
	Familiares	33	32.7
	Otros	10	9.9
	Solo	19	18.8
La relación con tu familia es			
	Buena	66	65.3
	Regular	33	32.7
	Mala	2	2.0
La relación con su pareja es			
	Buena	41	40.6
	Regular	8	7.9
	Mala	2	2.0
	No tengo pareja	50	49.5
La relación con los integrantes es			
	Buena	76	75.2
	Regular	25	24.8

Sobre la variable resiliencia, el 75.2% de los encuestados muestran un nivel alto, mientras que el 24.8% tiene un nivel medio de resiliencia. Además, en la dimensión de perseverancia, destaca que el 89.1% se encuentra en un nivel alto de esta característica.

Tabla 2.
Variable Resiliencia

Variable	n	%
Resiliencia		
Nivel medio	25	24.8
Nivel alto	76	75.2
Dimensión Satisfacción personal		
Nivel medio	40	39.6
Nivel alto	61	60.4
Dimensión Ecuanimidad		
Nivel bajo	6	5.9
Nivel medio	37	36.6
Nivel alto	58	57.4
Dimensión Sentirse bien solo		
Nivel bajo	1	1.0
Nivel medio	39	38.6
Nivel alto	61	60.4
Dimensión Confianza en sí mismo		
Nivel bajo	2	2.0
Nivel medio	30	29.7
Nivel alto	69	68.3
Dimensión Perseverancia		
Nivel medio	11	10.9
Nivel alto	90	89.1

El 65.3% muestra un alto nivel de inteligencia emocional, mientras que un 60.4% se siente cómodo estando solo. Además, un 68.3% exhibe confianza en sí mismo y una atención emocional del mismo porcentaje, mientras que la claridad emocional alcanza un 94.1%. En cuanto a la capacidad de reparación emocional, el 70.3% muestra un nivel alto en la dimensión mencionada.

Tabla 3.
Variable Inteligencia emocional

Variable	n	%
Inteligencia emocional		
Nivel adecuado	35	34.7
Nivel alto	66	65.3
Dimensión Atención emocional		
Nivel bajo	1	1.0
Nivel adecuado	31	30.7
Nivel alto	69	68.3
Dimensión Claridad emocional		
Nivel bajo	1	1.0
Nivel adecuado	5	5.0
Nivel alto	95	94.1
Dimensión Reparación emocional		
Nivel bajo	1	1.0
Nivel adecuado	29	28.7
Nivel alto	71	70.3

Se identificó una correlación entre inteligencia emocional y resiliencia con un valor de p=0.00. Evidenciando una correlación muy significativa entre ambas variables en esta muestra de 101 individuos.

Tabla 4.
Correlación entre las variables principales

		Resiliencia
Inteligencia emocional	N	101
	Correlación de Chi cuadrado	0.00

Respecto a la correlación entre la resiliencia y las dimensiones de la inteligencia emocional, se encontró una alta correlación significativa en cada una de ellas (*p* = 0.00). El 85.5% de los adultos mayores con alta atención emocional reportaron una alta resiliencia, el 80.0% con alta claridad emocional también presentó un alto nivel de resiliencia, y el 75.2% con un alto nivel de reparación emocional obtuvo un alto nivel de resiliencia.

Tabla 5.
Correlación de la variable resiliencia con las dimensiones de la variable inteligencia emocional

	Nivel	Resiliencia				***P***
		Medio		**Alto**		
		f	%	f	%	
Atención emocional						0.00
	Nivel bajo	1	100.0	0	0.0	
	Nivel medio	14	45.2	17	54.8	
	Nivel alto	10	14.5	59	85.5	
Claridad emocional						0.00
	Nivel bajo	1	100.0	0	0.0	
	Nivel medio	5	100	0	0.0	
	Nivel alto	19	20.0	76	80.0	
Reparación emocional						0.00
	Nivel bajo	1	100	0	0.0	
	Nivel medio	17	58.6	12	41.4	
	Nivel alto	7	9.9	76	75.2	

La satisfacción personal se encuentra significativamente asociada con la inteligencia emocional (*p* = 0.00), con un 80.3% de los evaluados alcanzando un nivel alto. La ecuanimidad también se relaciona de manera significativa con la inteligencia emocional (*p* = 0.00), donde el 82,2% obtuvo un nivel alto. Asimismo, la confianza en sí mismo muestra una asociación significativa con la inteligencia emocional (*p* = 0.00), con un 76.8% alcanzando un nivel alto. Por otro lado, sentirse bien en soledad también está relacionado con esta variable (*p* = 0.01), con un 76,7% obteniendo un nivel alto de inteligencia emocional. En contraste, la perseverancia no presenta una correlación significativa con la inteligencia emocional (*p* = 0.43).

Tabla 6.

Correlación de la variable inteligencia emocional con las dimensiones de la variable resiliencia

	Nivel	Inteligencia emocional				*P*
		Medio		Alto		
		f	%	f	%	
Satisfacción personal						0.00
	Nivel medio	23	57.5	17	42.5	
	Nivel alto	12	19.7	49	80.3	
Ecuanimidad						0.00
	Nivel bajo	6	100.0	0.	0.0	
	Nivel medio	19	51.4	18	48.6	
	Nivel alto	10	17.2	48	82.8	
Sentirse bien solo						0.01
	Nivel bajo	0	0.0	1	100.0	
	Nivel medio	21	53.8	18	46.2	
	Nivel alto	14	23.0	47	77.0	
Confianza en sí mismo						0.00
	Nivel bajo	2	100	0	0.0	
	Nivel medio	17	56.7	13	43.3	
	Nivel alto	16	23.2	53	76.8	
Perseverancia						0.43
	Nivel medio	5	45.5	6	54.5	
	Nivel alto	30	33.3	60	66.7	

La mayoría de los datos sociodemográficos no muestran una correlación con el nivel de resiliencia, excepto la relación con la familia, donde se observa una correlación (p = 0.04). El 77.3% de los adultos mayores con una buena relación con la familia reportaron una alta resiliencia.

Tabla 7.

Correlación entre los factores sociodemográficos y resiliencia

	Datos	Resiliencia				*P*
		Medio		Alto		
		F	%	F	%	
Edad						0.25
	m / DE	68.44 / 6.709		70.33 / 7.249		
Sexo						0.56
	Femenino	25	25	75	75	
	Masculino	0	0	1	100	
Procedencia						0.46
	Zona urbana	22	26.2	62	73.8	
	Zona rural	3	17.6	14	82.4	
Tipo de vivienda						0.59
	Propia	16	23.2	53	76.8	
	Alquilada	9	28.1	23	71.9	
Ocupación						0.39
	Trabaja	12	29.3	29	70.7	
	No trabaja	13	21.7	47	78.3	

Tabla 7.
Continúa

Datos	Resiliencia				*P*
	Medio		Alto		
	f	%	f	%	
Condición económica					0.52
Con apoyo de familiares	8	20	32	80	
Autofinanciado/jubilado	10	25	30	75	
Ambas	7	33.3	14	66.7	
Con quienes vives actualmente					0.67
Hijos	9	23.1	30	76.9	
Familiares	10	30.3	23	69.7	
Otros	3	30	7	70	
Solo	3	15.8	16	84.2	
La relación con tu familia					0.04
Buena	15	22.7	51	77.3	
Regular	8	24.2	25	75.8	
Mala	2	100	0	0	
La relación con su pareja					0.17
Buena	12	29.3	29	70.7	
Regular	4	50	4	50	
Mala	0	0	2	100	
No tengo pareja	9	18	41	82	
La relación con los integrantes es					0.66
Buena	18	23.7	58	76.3	
Regular	7	28	18	72	

Los datos sociodemográficos no presentan relevancia significativa con la inteligencia emocional. Aunque si presenta relación con la edad (p = 0.04), donde se aprecia los adultos mayores que presenta un promedio de edad de 70.91 tienen una inteligencia emocional alto.

Tabla 8.
Correlación de los datos sociodemográficos e inteligencia emocional.

Datos	Inteligencia emocional				P - valor
	Adecuado		Alto		
	F	%	F	%	
Edad					0.04
m / DE	67.89 / 6.225		70.91 / 7.402		
Sexo					
Femenino	34	34	66	66	
Masculino	1	100	0	0	
Procedencia					0.29
Zona urbana	31	36.9	53	63.1	
Zona rural	4	23.5	13	76.5	

Tabla 8.
Continúa

Datos		Inteligencia emocional				*P*
		Adecuado		Alto		
		F	%	F	%	
Tipo de vivienda						0.08
	Propia	20	29	49	71	
	Alquilada	15	46.9	17	53.1	
Ocupación						0.23
	Trabaja	17	41.5	24	58.5	
	No trabaja	18	30	42	70	
Condición económica						0.6
	Con apoyo de familiares	12	30	28	70	
	Autofinanciado/jubilado	14	35	26	65	
	Ambas	9	42.9	12	57.1	
Con quienes vives actualmente						0.11
	Hijos	12	30.8	27	69.2	
	Familiares	15	45.5	18	54.5	
	Otros	5	50	5	50	
	Solo	3	15.8	16	84.2	
La relación con tu familia						0.15
	Buena	22	33.3	44	66.7	
	Regular	11	33.3	22	66.7	
	Mala	2	100	0	0	
La relación con su pareja						0.18
	Buena	16	39	25	61	
	Regular	5	62.5	3	37.5	
	Mala	1	50	1	50	
	No tengo pareja	13	26	37	74	
La relación con los integrantes es						0.87
	Buena	26	34.2	50	65.8	
	Regular	9	36	16	64	

CAPÍTULO V. DISCUSIÓN

5.1. Discusión

El estudio reveló una relación significativa entre la resiliencia y la inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor (CIAM) de Tarma. Además, se encontró que la mayoría de los participantes exhiben altos niveles de ambas características, según los parámetros establecidos. Los resultados subrayan que todas las dimensiones de inteligencia emocional están fuertemente relacionadas con una mayor resiliencia. Asimismo, se observó que la satisfacción personal, la ecuanimidad, sentirse bien solo y la autoconfianza tienen una fuerte correlación con la inteligencia emocional, lo que sugiere que estos factores son clave para el bienestar en la tercera edad. Otro hallazgo importante es la correlación positiva entre las relaciones familiares y la resiliencia, lo que destaca la importancia del apoyo social en la salud emocional de los adultos mayores.

Respecto a la correlación de las variables principales se halló un resultado similar al obtenido por Huertas y Vera (2021) en su estudio sobre inteligencia emocional y resiliencia de un centro del adulto mayor de Chongoyape - Trujillo en tiempos COVID 19. Los resultados arrojaron la existencia de una asociación indicando que si existe correlación entre ambas variables estudiadas. Esta situación concuerda con lo propuesto por Núñez y Luzurraga (2017) donde mencionaban que una de las razones esenciales para entender la relación entre inteligencia emocional y resiliencia reside en el hecho de que las situaciones estresantes contienen inseparablemente una alta dosis emocional. Por ello, la habilidad de las personas para organizar y equilibrar las emociones es una herramienta valiosa en la determinación de la resiliencia.

Dadas las pocas investigaciones realizadas con las variables planteadas en esta población de estudio ha sido dificultoso realizar la comparación correspondiente. Sin embargo, para responder a los objetivos específicos, el primer objetivo fue describir el nivel de resiliencia en la población planteada para lo cual se obtuvo que los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma poseen un alto nivel de resiliencia. Estos resultados guardan relación con lo investigado por Cerquera, Matajira y Romero (2019) donde hallaron que una gran cantidad de su población también presentaron un nivel de resiliencia alto. En ese sentido, Wagnild & Young (1993) indican que la resiliencia representa una cualidad individual de la personalidad que en situaciones estresantes permite minimizar su consecuencia negativa e impulsa la adaptación, tomándose en consideración la seguridad y la valentía frente a escenarios de adversidad que en ocasiones suelen ocurrir.

Con respecto al nivel de inteligencia emocional se obtuvo que los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor poseen un alto nivel de inteligencia emocional. Este resultado se relaciona con lo obtenido por Guillen (2021) donde encontró que de los adultos mayores del Centro del Adulto Mayor del seguro social EsSalud en Cajamarca la mayoría presentan un nivel adecuado de inteligencia emocional. Por otro lado, según Arapa y Arce (2019) en su investigación donde uno de sus objetivos fue conocer el nivel de inteligencia emocional hallaron que en adultos mayores en el Distrito de José Luis Bustamante y Rivero – Arequipa, más de la mitad poseen un nivel alto de inteligencia emocional. En este sentido, según Muñoz (2019) explica que la inteligencia emocional es aquella habilidad que posibilita a las personas a descubrir y comprender óptimamente las emociones de manera correcta, de tal manera que logre permitir y optimizar las relaciones con su entorno, el manejo del estrés y la superación de dificultades en la vida.

En cuanto a la correlación entre las variables y las dimensiones de la otra variable, se encontró que la resiliencia muestra un alto nivel de correlación con todas las dimensiones de la variable inteligencia emocional. Esto refuerza los resultados obtenidos con relación al primer objetivo, que consistió en determinar la relación entre ambas variables. Los adultos mayores con un nivel alto en la dimensión de atención emocional presentaron una mayor resiliencia. Para Fernández y Extremera (2005), es fundamental reconocer las propias emociones en el momento en que ocurren. Por otro lado, aquellos con una alta capacidad de claridad emocional también tienden a presentar un mayor nivel de resiliencia, que, según los mismos autores, se refiere a la capacidad de entender el estado emocional de una persona y las causas que lo provocaron. Finalmente, se observa que aquellos con un nivel alto en reparación emocional presentaron un mayor nivel de resiliencia. La Asociación Americana de Psicología (2011) destaca que la habilidad para controlar emociones e impulsos es esencial para superar dificultades, lo que coincide con la teoría de Troy y Mauss (2011), quienes subrayan la importancia de la reparación emocional en el desarrollo de la resiliencia.

Por otra parte, con respecto a la variable inteligencia emocional y las dimensiones de la resiliencia, tales como ecuanimidad, autoconfianza, satisfacción personal y estar bien solo, intervienen entre sí en la adecuación de los adultos mayores ante los desafíos y retos de esta etapa de la vida. En primer lugar, un nivel alto de inteligencia emocional, facilita a que los adultos mayores presenten una mayor ecuanimidad, permitiendo a las personas afrontar situaciones estresantes con calma y equilibrio, como plantean Wagnild y Young (1993). Esta habilidad para gestionar las emociones es importante en la resiliencia ya que ayuda a reducir el impacto de situaciones negativas y promueve la toma de decisiones claras. Asimismo, a mayor inteligencia emocional en los adultos mayores, mayor autoconfianza en ellos mismos, de esta manera se proporciona seguridad en las propias competencias de los individuos, como afirma el modelo teórico de Wagnild y Young. En este sentido, se infiere que los adultos mayores enfrentan adversidades con valentía, fortaleciendo de esta manera su resiliencia.

Continuando con la dimensión de sentirse bien solo, esta se ve beneficiada en aquellos adultos mayores con un nivel alto de inteligencia emocional, que según Wagnild y Young (1993) consiste en promover una independencia emocional y una satisfacción interna, lo cual es clave en la adultez mayor, donde muchas veces las redes de soporte emocional pueden ser cambiantes. La satisfacción personal, otra de las dimensiones de la variable resiliencia, también se correlaciona con un nivel alto de inteligencia emocional, eso quiere decir que aquellos adultos mayores con un buen nivel de inteligencia emocional encontrarán un propósito y aceptarán ciertas circunstancias que se puedan presentar en su vida. Esto, a su vez concuerda como lo mencionado por Wagnild y Young (1993), que mencionan que la satisfacción personal refuerza una actitud resiliente y ayuda a que las personas enfrenten desafíos con una perspectiva positiva.

Por otro lado, se conoce que existe correlación entre el nivel de resiliencia y la buena relación que los adultos mayores tienen con su familia, también se hallaron porcentajes altos en cuanto a los que viven con sus hijos y los que viven con otros familiares que no necesariamente son sus hijos. Tal información concuerda con el artículo de Álvarez (2005) en el que menciona que el compartir la vida con sus hijos y nietos hace sentirse útil de nuevo a la persona mayor, además de ser una gran fuente de sabiduría los adultos mayores tienen un aporte significativo en la convivencia, siendo transmisores de valores, experiencias y servir de puente intergeneracional en la

familia. Por lo tanto, se destaca que más de la mitad de los adultos mayores participantes en este estudio mantienen una buena relación con su familia. Esta información también se relaciona significativamente con los hallazgos del Instituto Internacional de Estudios sobre la Familia (2013), el cual menciona que uno de los objetivos fundamentales para lograr un envejecimiento satisfactorio es mantener relaciones familiares y sociales que promuevan un nivel óptimo de satisfacción, donde cada miembro de la familia sienta que todos colaboran en el bienestar común.

También se observó que la mayor parte de participantes de la investigación pertenecen al sexo femenino en el Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma. Al igual que en la investigación de Huertas y Vera (2021) donde la parte mayoritaria tambien fueron personas del sexo femenino en el centro del adulto mayor de Chongoyape - Trujillo. Esto se fundamenta en una investigación realizada por el INEI (2022), la cual señala que, en más de la cuarta parte de los hogares a nivel nacional, al menos un adulto mayor formaba parte de la familia. De todos los hogares en el Perú, la cuarta parte tenía como jefe o jefa de hogar a un adulto mayor, siendo en su mayoría mujeres quienes lideraban dichas familias.

Finalmente, los resultados de esta investigación no solo confirman la correlación entre resiliencia e inteligencia emocional, sino que también señalan la presencia destacada de altos niveles en ambas habilidades entre los adultos mayores estudiados. Este descubrimiento resalta la importancia de promover el crecimiento de estas capacidades como pilares esenciales para el bienestar y desarrollo de esta comunidad, sugiriendo la implementación de estrategias y programas que impulsen la resiliencia y habilidades emocionales, contribuyendo así a un envejecimiento mucho más satisfactorio con mayor calidad de vida.

5.2. Conclusiones

Se concluye que existe una asociación significativa entre el nivel de resiliencia e inteligencia emocional en los adultos mayores del CIAM de Tarma, especialmente en dimensiones como la satisfacción personal, sentirse bien solo, confianza en su mismo y ecuanimidad, que están estrechamente relacionadas con la inteligencia emocional. Las relaciones familiares se interpretan como un factor crucial, donde aquellos adultos mayores con relaciones familiares positivas exhiben mayores niveles de resiliencia, destacando el rol del entorno familiar como fuente esencial de apoyo ante las adversidades.

Los resultados obtenidos evidencian que factores sociodemográficos como ocupación, tipo de vivienda y nivel educativo no tienen relación significativa con la resiliencia o inteligencia emocional, sugiriendo que estas capacidades están más influenciadas por factores afectivos y sociales. La asociación entre una inteligencia emocional alta y la resiliencia sugiere que aquellos adultos mayores que gestionan mejor sus emociones muestran una mayor capacidad para afrontar situaciones difíciles, haciendo que el trabajo en el área emocional sea relevante para su bienestar general.

Se enfatiza en la importancia de continuar investigando a esta población, especialmente en distintos contextos sociales y económicos, así como en situaciones de discriminación, violencia y otros entornos que representen riesgos sociales para los adultos mayores. Finalmente, se reconocen limitaciones en cuanto al tamaño y la diversidad de la muestra, que en la presente investigación en su mayoría fueron del sexo femenino, por lo que se recomienda ampliar estos estudios en futuras investigaciones con muestras más diversas. Esto permitiría obtener hallazgos más generalizables y profundizar en el estudio de otras variables relevantes.

5.3. Recomendaciones

- Al Centro Integral del Adulto Mayor se le recomienda tomar la iniciativa para que de esta forma realicen convenios con instituciones pertinentes e implementen un área psicológica en sus instalaciones, con la finalidad de potenciar los servicios que la institución ofrece y de esta forma los adultos mayores cuenten con un enfoque más integral.
- A las autoridades pertinentes, destinar mayor presupuesto en actividades y programas parecidos al Centro Integral del Adulto Mayor que mejoren la calidad de vida de los ancianos. De esta forma, se permitirá la mayor difusión o promoción para que los adultos mayores de Tarma sean agentes participativos y activos dentro de la comunidad.
- A los investigadores, al conocer los resultados y los niveles altos en ambas variables se recomienda realizar investigaciones complementarias para saber cuáles son los factores protectores que aportan al desarrollo de la resiliencia y la inteligencia emocional en los adultos mayores.
- Además, ampliar la cantidad de futuros estudios, donde se abarque una muestra con características diversas. Esto será importante para conseguir una visión más profunda de la relación de la resiliencia, la inteligencia emocional y otros aspectos o constructos como la calidad de vida, la satisfacción con la vida, el nivel de autonomía y la salud tanto a nivel físico como mental.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Álvarez, B. (3 de Octubre de 2005). *Eroski consumer*. Obtenido de https://www.consumer.es/salud/abuelos-que-viven-en-familia.html

Arapa, M., & Arce, Y. (2019). *Inteligencia emocional y actitudes hacia la muerte en adultos mayores* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín]. http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/8604

Asociacion Americana de Psicologia. (2011). *Camino a la resiliencia*. Obtenido de https://www.apa.org/: https://www.apa.org/topics/resilience/camino

Baltes, P., Lindenberg, U., & Stanudinger, U. (1998). Life-span theory in developmental psychology. Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Guadalupe-Jimenez/publication/272157195_Resiliencia_el_tesoro_de_las_personas_mayores/links/54dbdf870cf28d3de65df3bc/Resiliencia-el-tesoro-de-las-personas-mayores.pdf

Becoña, E. (2006). Resiliencia : definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, 11*(3). doi:https://doi.org/10.5944/rppc.vol.11.num.3.2006.4024

Bendezu, G. (2020). *Maltrato e inteligencia emocional de los adultos mayores de una urbanización en Ica - 2020* [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/61274

Cabrera, V. (2020). *Inteligencia emocional y su relación con satisfacción vital en adultos mayores de la ciudad de Concordia, Entre Ríos* [Tesis de Licenciatura, Potificia Universidad Católica Argentina]. https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/10896

Cancela, R., Cea, N., Galindo, G., & Valilla, S. (2010). *Metodología de la Investigación Educativa: Investigación ex post facto.* Madrid: Universidad Autónoma de Madrid. Obtenido de http://www.uam.es/personal_pdi/jmurillo/InvestigaciónEE/Presentaciones/Curso_10/EX-POST-FACTO

Carbajal, M. (2023). *Resiliencia y bienestar psicológico en adultos/as del AA. HH. Jardín Rosa de Santa María de Barrios Altos-Lima, 2022* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. https://hdl.handle.net/20.500.13084/7901

Cerquera, A., Matajira, Y., & Romero, K. (2019). Estrategias de afrontamiento y resiliencia en adultos mayores víctimas del conflicto armado Colombiano. *14*(2). http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=139064030006

Correo. (26 de Agosto de 2019). En Junín 140 mil 971 son adultos mayores, cifra se duplica en los últimos 20 años. Obtenido de https://diariocorreo.pe/edicion/huancayo/en-junin-140-mil-971-son-adultos-mayores-cifra-se-duplica-en-los-ultimos-20-anos-906751/?ref=dcr

Cyrulnik, B., Manciaux, M., Vanistendael, S., & Lecomte, J. (2003). La resiliencia estado de la cuestion. *La resiliencia: resistir y rehacerse*. Obtenido de https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1032099

Defensoria del Pueblo. (2019). *ENVEJECER EN EL PERÚ: Hacia el fortalecimiento de las políticas para personas adultas mayores.* Lima. Obtenido de https://www.defensoria.gob.pe/wp-content/uploads/2019/08/DEFENSOR%C3%8DA-DEL-PUEBLO-INFORME-ENVEJECER-EN-EL-PER%C3%9A.pdf

Diario oficial El Peruano. (2017). https://elperuano.pe/. *Ley de la Persona Adulto Mayor*. Obtenido de https://cutt. ly/ie2DArD

Fernandez, P., & Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria*

de Formación del Profesorado, 63 - 93. https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf

Garcia, M., & Gimenez, S. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos. *Dialnet, 3*(6). https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3736408

Gobierno del Perú. (13 de Septiembre de 2016). *Plataforma digital única del Estado Peruano*. Obtenido de https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/14843-por-que-es-importante-cuidar-la-salud-mental-de-los-adultos-mayores

Grotberg, E. (1996). The International Resilience Project Findings from the Research and the Effectiveness of Interventions. Obtenido de https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED419584.pdf

Guillen, L. (7 de Mayo de 2021). Relación entre felicidad e inteligencia emocional en adultos mayores del CAM de EsSalud Cajamarca, 2018. Obtenido de https://hdl.handle.net/11537/27590

Hernandez, R. (2014). Definiciones de los enfoques cuantitativo y cualitativo, sus similitudes y diferencias. *Instituto nacional electoral*, 2 - 21. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/58257558/Definiciones_de_los_enfoques_cuantitativo_y_cualitativo_sus_similitudes_y_diferencias-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1652928861&Signature=V1-tS2t9fBUA7LDhNG

Huertas, K., & Vera, N. (2021). *Inteligencia emocional y resiliencia en usuarios de un centro del adulto mayor de Chongoyape en tiempos COVID-19, 2021* [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipan]. https://hdl.handle.net/20.500.12802/9589

Ignacio , M., & Navarro, Y. (2022). *Resiliencia y afrontamiento al estrés en adultos mayores del distrito de El Tambo inscritos en el Centro Integral deAtención al Adulto Mayor, 2022* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Los Andes]. https://hdl.handle.net/20.500.12848/5909

Instituto Internacional de Estudios Sobre la Familia. (2013). *El papel de la familia en el envejecimiento activo.* España. Obtenido de https://fiapam.org/wp-content/uploads/2013/06/Informe20132.pdf

Instituto Nacional de Estadistica e Informatica. (2020). Estado de la poblacion peruana 2020. *Instituto Nacional de Estadistica e Informatica*, 8. Obtenido de https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1743/Libro.pdf

Instituto Nacional de Estadistica e Informatica. (30 de Marzo de 2022). Situación de la Población Adulta Mayor. Obtenido de https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/01-informe-tecnico-poblacion-adulta-mayor-oct-nov-dic-2021.pdf

Jimenez, A. (2015). Inteligencia emocional. *Actualizacion en pediatria*. Obtenido de https://www.aepap.org/sites/default/files/cursoaepap2015p455-467.pdf

Jimenez, G. (2015). La resiliencia, el tesoro de las personas mayores. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/272157195_Resiliencia_el_tesoro_de_las_personas_mayores

Kerlinger, F., & Lee, H. (2002). Investigación del comportamiento. Obtenido de https://padron.entretemas.com.ve/INICC2018-2/lecturas/u2/kerlinger-investigacion.pdf

Llano, D. (2021). Miedo a la muerte y resiliencia en adultos mayores residentes en un centro de cuidados gerontológicos [Tesis de Licenciatura, Universidad Central de Ecuador]. http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/24462

Lopez, Belen, Fernandez, I., & Marquez, M. (2008). Educación emocional en adultos y personas mayores. *Education & Psychology, 6*(2). https://www.redalyc.org/pdf/2931/293121924013.pdf

Luque, O., Augusto, J., & Pulido, M. (2016). Emotional intelligence and depressive symptoms in Spanish institutionalized elders: does emotional self-efficacy act as a mediator?. *PeerJ*, 4:e2246. Doi:10.7717/peerj.2246

Masten, A. (2001). *Ordinary magic: Resilience Processes in Development. American.* Minnesota, EE UU. Obtenido de http://homepages.uwp.edu/crooker/745-resile/articles/Masten-2001.pdf

Molina, D. (2021). *La inteligencia emocional y su calidad de vida durante la pandemia covid -19 en personas de la tercera edad del hogar de acogimiento del adulto mayor del cantón Cevallos.* Cevallos, Tungurahua, Ecuador. Obtenido de https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/33855

Muñoz, J. (2019). Sabiduría emocional y social. JM Bosch. Obtenido de https://www.perlego.com/book/1902057/sabidura-emocional-y-social-2-edicin-revisada-y-ampliada-pdf

Núñez, J., & Luzurraga, J. (4 de Mayo de 2017). *www.campuseducacion.com*. Obtenido de https://www.campuseducacion.com/blog/revista-digital-docente/relacion-resiliencia-e-inteligencia-emocional/?cn-reloaded=1

Paredes, J., & Vidaurre , M. (2016). *Inteligencia emocional y calidad de vida en adultos mayores de una asociación de jubilados del distrito de Tumán.* [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipan]. https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/3197

Ramirez. (1997). Obtenido de http://virtual.urbe.edu/tesispub/0092506/cap03.pdf

Ramirez, T. (1996). *Cómo hacer un proyecto de investigación.* Caracas. Obtenido de https://s9329b2fc3e54355a.jimcontent.com/download/version/1547222389/module/9547218869/name/MANUAL%20DE%20REDACCI%C3%93N%20DE%20UN%20PROYECTO%20DE%20INVESTIGACI%C3%93N..pdf

Real Academia Española. (2021). Obtenido de https://dle.rae.es/sexo

Real Academia Española. (2021). Obtenido de https://dle.rae.es/edad?m=form

Real Academia Española. (2021). Obtenido de https://dle.rae.es/procedencia?m=form

Real Academia Española. (2021). Obtenido de https://dle.rae.es/ocupaci%C3%B3n

Richardson, G., Neiger, B., Jensen, S., & Kumpfer, K. (1990). The Resiliency Model. *Health Education*, *21*(6), 33–39. https://doi.org/10.1080/00970050.1990.10614589

Sinclair, V., & Wallston, K. (2004). The development and psychometric evaluation of the Brief. Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Kenneth-Wallston/publication/8628070_Sinclair_V_G_Wallston_K_A_The_development_and_psychometric_evaluation_of_the_Brief_Resilient_Coping_Scale_Assessment_11_94-101/links/00b495273dde32d53d000000/Sinclair-V-G-Wallston-K

Sparrow, A. (2022). *Resiliencia y apoyo social percibido en adultos mayores albergados en un centro de Lima Metropolitana.* [Tesis de Licenciatura, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. http://hdl.handle.net/20.500.11955/1085

Tello, T., Vizcarra, D., & Alarcón, R. (2016). Salud mental en el adulto mayor: trastornos neurocognitivos mayores, afectivos y del sueño. *Revista peruana de medicina experimental y salud publica, 03*. https://rpmesp.ins.gob.pe/rpmesp/article/view/2211/2247

Trujillo, M., & Rivas, L. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. *INNOVAR, revista de ciencias administrativas y sociales.*

Universidad Nacional de Colombia. Obtenido de https://revistas.unal.edu.co/index.php/innovar/article/download/29/36

Urrutia, N., & Villarraga, C. (2010). *Una vejez emocionalmente inteligente: retos y desafíos, en Contribuciones a las Ciencias Sociales.* Obtenido de https://www.eumed.net/rev/cccss/07/uavg.htm

Veloz, E. (2023). *Relación entre la Inteligencia Emocional y la Calidad de Vida en adultos* [Tesis de Licencitura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2023.8.28.4.76-93

Villalba, C. (2003). El concepto de resiliencia individual y familiar. Aplicaciones en la intervención social. *DOSSIER*, 283-299. Obtenido de https://journals.copmadrid.org/pi/archivos/87653.pdf

Wagnild, G., & Young, H. (1993). Escala de resiliencia (ER). Obtenido de https://es.slideshare.net/ipsiasinstitutopsiquiatrico/39013071-escaladeresilienciadewagnildyyoung

ANEXOS

ANEXO 01

ESCALA DE RESILIENCIA (ER)

A continuación, se les presentará una serie de frases a las cuales usted responderá. No existen respuestas correctas ni incorrectas; estas tan solo permitirán conocer su opinión personal sobre sí mismo(a).

1= totalmente en desacuerdo
2= muy en desacuerdo
3= en desacuerdo
4= ni en desacuerdo ni en acuerdo
5= de acuerdo
6= muy de acuerdo
7= totalmente de acuerdo

Ítems	**En desacuerdo**				**De acuerdo**		
1. Cuando planeo algo lo realizo	1	2	3	4	5	6	7
2. Generalmente me las arreglo de una manera u otra	1	2	3	4	5	6	7
3. Dependo más de mí mismo(a) que de otras personas	1	2	3	4	5	6	7
4. Es importante para mí mantenerme interesado(a) en las cosas	1	2	3	4	5	6	7
5. Puedo estar solo(a) si tengo que hacerlo	1	2	3	4	5	6	7
6. Me siento orgulloso(a) de haber logrado cosas en mi vida	1	2	3	4	5	6	7
7. Usualmente veo las cosas a largo plazo	1	2	3	4	5	6	7
8. Soy amigo(a) de mí mismo(a)	1	2	3	4	5	6	7
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo	1	2	3	4	5	6	7
10. Soy decidido(a)	1	2	3	4	5	6	7
11. Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo	1	2	3	4	5	6	7
12. Tomo las cosas uno por uno	1	2	3	4	5	6	7
13. Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente	1	2	3	4	5	6	7
14. Tengo autodisciplina	1	2	3	4	5	6	7
15. Me mantengo interesado(a) en las cosas	1	2	3	4	5	6	7
16. Por lo general, encuentro algo de qué reírme	1	2	3	4	5	6	7
17. El creer en mí mismo(a) me permite atravesar tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
18. En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar	1	2	3	4	5	6	7
19. Generalmente puedo ver una situación de varias maneras	1	2	3	4	5	6	7
20. Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera	1	2	3	4	5	6	7
21. Mi vida tiene significado	1	2	3	4	5	6	7
22. No me lamento de las cosas por las que no pudo hacer nada	1	2	3	4	5	6	7
23. Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida	1	2	3	4	5	6	7
24. Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer	1	2	3	4	5	6	7
25. Acepto que hay personas a las que yo no les agrado	1	2	3	4	5	6	7

ANEXO 02

ESCALA TMMS – 24 BASADA EN EL TRAIT META MOOD SCALE, (TMMS - 48) DE SALOVEY Y MAYER, ADAPTADA POR FERNANDEZ BERROCAL (2004)

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y luego indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con un círculo la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1= Nada de acuerdo
2= Algo de acuerdo
3= Bastante de acuerdo
4= Muy de acuerdo
5= Totalmente de acuerdo

1	Presto mucha atención a los sentimientos	1	2	3	4	5
2	Generalmente me preocupo mucho por lo que siento	1	2	3	4	5
3	Generalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones	1	2	3	4	5
4	Pienso que vale la pena prestar atención a mis emociones y estado de animo	1	2	3	4	5
5	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos	1	2	3	4	5
6	Pienso en mi estado de ánimo constantemente	1	2	3	4	5
7	A menudo pienso en mis sentimientos	1	2	3	4	5
8	Presto mucha atención a como me siento	1	2	3	4	5
9	Tengo claro mis sentimientos	1	2	3	4	5
10	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos	1	2	3	4	5
11	Casi siempre se cómo me siento	1	2	3	4	5
12	Generalmente conozco mis sentimientos hacia las personas	1	2	3	4	5
13	A menudo me doy cuenta de mis emociones en diferentes situaciones	1	2	3	4	5
14	Siempre puedo decir cómo me siento	1	2	3	4	5
15	A veces puedo decir cuáles son mis emociones	1	2	3	4	5
16	Puedo llegar a comprender mis sentimientos	1	2	3	4	5
17	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista	1	2	3	4	5
18	Aunque me sienta mal. Procuro pensar en cosas agradables	1	2	3	4	5
19	Cuando estoy triste pienso en todos los placeres de la vida	1	2	3	4	5
20	Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal	1	2	3	4	5
21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trata de calmarse	1	2	3	4	5
22	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo	1	2	3	4	5
23	Tengo mucha fuerza de voluntad cuando me siento feliz	1	2	3	4	5
24	Cuando estoy enfadado trato de cambiar mi estado de animo	1	2	3	4	5

ANEXO 03

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA:
“NIVEL DE RESILIENCIA E INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ADULTOS MAYORES DEL CENTRO INTEGRAL DEL ADULTO MAYOR TARMA, 2022”

Esta es una ficha diseñada para conocer los datos personales de los adultos mayores. Los datos adquiridos serán absolutamente anónimos y de total uso confidencial y profesional. Lea cuidadosamente y marque con una (X) los aspectos que a continuación se solicitan.

I. CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS

1. Edad:
..... Años

2.Sexo:
Masculino ( ) Femenino ( )

3. Procedencia:
Zona urbana ( ) Zona rural ( )

4. Tipo de vivienda:
Propia ( ) Alquilada ( )

5. Ocupación:
Trabaja ( ) No trabaja ( )

6. Condición económica:
Con apoyo de familiares ( ) Autofinanciado/Jubilado ( ) Ambas ( )

II. CARACTERÍSTICAS SOCIALES

1. ¿Con quién vives actualmente?
Hijos ( ) Familiares ( ) Otros ( ) Solo ( )

2. La relación con tu familia es:
Buena ( ) Regular ( ) Mala ( )

3. La relación con su pareja es:
Buena ( ) Regular ( ) Mala ( ) No tengo pareja ( )

4. La relación con los integrantes del CIAM es:
Buena ( ) Regular ( ) Mala ( )

ANEXO 04

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado (a) integrante del Centro Integral del Adulto Mayor – Tarma.
Usted ha sido elegido (a) para participar en la investigación titulada **"Nivel de resiliencia e inteligencia emocional en adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma"**

Esta investigación será realizada por Romero Matias, Adriana Steffani, de la Universidad Católica Sedes Sapientiae. El objetivo del estudio será determinar la asociación del nivel de resiliencia e inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma, 2022.

Su participación en el desarrollo de la prueba es completamente voluntaria, sin costos ni consecuencias negativas si se retira de la evaluación; la participación no conllevará ningún incentivo económico, solo la satisfacción de colaborar con el proyecto. La aplicación del instrumento es de contacto directo, la información que brinde en la evaluación será exclusiva para la investigadora y el equipo de investigación de la universidad (asesora), por lo que su identidad será confidencial y los resultados se analizarán de manera científica y ética; además permitirá obtener resultados positivos con relación a las variables de estudios y no habrá ningún riesgo.

Asimismo, habiendo leído la información proporcionada, teniendo la oportunidad de preguntar sobre ella y habiéndome contestado satisfactoriamente las dudas que he tenido; consiento voluntariamente mi participación en esta investigación como colaborador (a), entiendo que tengo el derecho de retirarme de la evaluación en cualquier momento sin que se me afecte en ninguna manera y entiendo las declaraciones contenidas en él y la necesidad de hacer constar mi consentimiento, para lo cual lo firmo libre y voluntariamente.

Preguntas o información que le gustaría recibir de la información después de la evaluación, puede contactar a la investigadora, una estudiante de la Universidad Católica Sedes Sapientiae en la carrera profesional en psicología. Correo electrónico: adrianarom.200402@gmail.com

Nombre del colaborador (a): ……

_____
Colaborador (a) del proyecto

_____
Romero Matias, Adriana Steffani
Estudiante de la carrera de Psicología

ANEXO 05

Operacionalización de las variables sociodemográficas

Nombre de la variable	Clasificación	Categorías	Escala de medición
Edad	Cuantitativa discreta.		Razón
Sexo	Cualitativa dicotómica.	a) Masculino b) Femenino	nominal
Procedencia	Cualitativa dicotómica.	a) Zona urbana b) Zona rural	nominal
Tipo de vivienda	Cualitativa dicotómica.	a) Propio b) Alquilada	nominal
Ocupación	Cualitativa dicotómica.	a) Trabaja b) No trabaja	nominal
Condición económica	Cualitativa politómica.	a) Con apoyo de familiares b) Autofinanciado/Jubilado c) Ambas	nominal
¿Con quién vives actualmente?	Cualitativa politómica.	a) Hijos b) Familiares c) Otros	nominal
La relación con tu familia es:	Cualitativa politómica.	a) Buena b) Regular c) Mala	nominal
La relación con su pareja:	Cualitativa politómica.	a) Buena b) Regular c) Mala d) No tengo pareja	nominal
La relación con los integrantes del CIAM es:	Cualitativa politómica.	a) Buena b) Regular c) Mala	nominal

ANEXO 06: Operacionalización de la variable Resiliencia

Variable	Dimensiones	Ítems	Calificación	Niveles	Puntaje o categorización	
Resiliencia	**Satisfacción personal:** se refiere a entender el concepto de vida, y el rol que se tiene en la vida.	16, 21, 22, 25	1= totalmente en desacuerdo 2= muy en desacuerdo 3= en desacuerdo 4= ni en desacuerdo ni en acuerdo 5= de acuerdo 6= muy de acuerdo 7= totalmente de acuerdo	Nivel bajo Nivel medio Nivel alto	25 – 75 76 – 126 127 - 177	Nivel bajo:4 - 12 Nivel medio: 13 - 21 Nivel alto: 22 - 30
	Ecuanimidad: refiere a tener un criterio equilibrado de la vida personal y de las experiencias, es decir implica recibir las cosas con calma y moderar la actitud frente a la desgracia.	7, .8, 11, 12				Nivel bajo:4 - 12 Nivel medio: 13 - 21 Nivel alto: 22 - 30
	Sentirse bien solo: proporciona la idea de la libertad y la noción de que cada uno es extraordinario e importante, además de darle valor a la soledad.	5, 3, 19				Nivel bajo:3 - 9 Nivel medio: 10 - 16 Nivel alto: 17 – 23
	Confianza en sí mismo: es la habilidad para confiar en uno mismo y sus habilidades.	6, 9, 10, 13, 17, 18, 24				Nivel bajo: 7 – 21 Nivel medio: 22 - 36 Nivel alto: 37 - 51
	Perseverancia: proporciona el aspecto de la libertad y la noción de que las personas son singulares e importantes, además de darle valor a la soledad.	1, 2, 4, 14, 15, 20, 23				Nivel bajo: 6 - 18 Nivel medio: 19 - 31 Nivel alto: 32 - 44

ANEXO 07: Operacionalización de la variable Inteligencia emocional

Variable	Dimensiones	Ítems	Calificación	Niveles	Puntaje o categorización	
Inteligencia emocional	**Atención emocional:** es la percepción de las propias emociones, es la capacidad para sentir y expresar las emociones de forma adecuada.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.	1= Nada de acuerdo 2= Algo de acuerdo 3= Bastante de acuerdo 4= Muy de acuerdo 5= Totalmente de acuerdo	Nivel bajo	24 - 56	Nivel bajo: 8 - 18 Nivel medio: 19 - 29 Nivel alto: 30 – 40
	Claridad emocional: evalúa la comprensión de los propios estados emocionales.	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16.		Nivel adecuado	57 – 89	Nivel bajo: 8 - 18 Nivel medio: 19 - 29 Nivel alto: 30 – 40
	Reparación emocional: mide la capacidad para regular los propios estados emocionales de forma correcta.	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24.		Nivel alto	90 - 122	Nivel bajo: 8 - 18 Nivel medio: 19 - 29 Nivel alto: 30 – 40

ANEXO 08: MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES E INDICADORES	POBLACIÓN Y MUESTRA	ALCANCE Y DISEÑO	INSTRUMENTOS	ANALISIS ESTADÍSTICO
Problema general: ¿Cuál es la asociación del nivel de resiliencia e inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma?	**Objetivo general:** Determinar la asociación del nivel de resiliencia e inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma.	**Hi**: Existe asociación significativa del nivel de resiliencia e inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma.	**V1**: Resiliencia. Wagnild y Young (1993) establecieron que la resiliencia es una cualidad individual de la personalidad que en situaciones estresantes permite minimizar su consecuencia negativa e impulsa la adaptación. - Naturaleza: cualitativa. - Escala de medición: Ordinal politómica. - Categorías: Bajo (25 – 75) Medio (76 – 126) Alto (127 – 177)	**Población:** 101 personas. **Muestra:** 101 personas. **Tipo de muestreo:** Muestreo censal. **Criterios de inclusión** - Adultos mayores pertenecientes al Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma (CIAM) que participan en los diversos talleres del programa. - Adultos mayores con funciones cognitivas activas. - Adultos	**Diseño:** No experimental de corte transversal. **Tipo de estudio:** Correlacional **Enfoque:** Cuantitativo	**Instrumento 1:** Escala de resiliencia de Wagnild y Young, en la versión peruana de Novella (2002). **Validez:** 0,887 con el coeficiente KMO. **Confiabilidad:** 0,907 con el coeficiente Alfa de Cronbach.	**Análisis descriptivo:** Tablas y gráficos. **Análisis inferencial:** Prueba Chi cuadrado
Problema específico: 1. ¿Cómo son los niveles de resiliencia en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma? 2. ¿Cómo son los niveles de inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma?	**Objetivos específicos:** 1. Describir los niveles de resiliencia en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma. 2. Describir los niveles de inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor	**Ho:** No existe asociación significativa del nivel de resiliencia e inteligencia emocional en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma.				**Instrumento 2:** Escala TMMS – 24 basada en el Trait meta Mood Scale, (TMMS) de Salovey y Mayer, adaptada por Fernández berrocal (2004). **Validez:** p<0.05	

3. ¿Cuál es la asociación del nivel de resiliencia en los factores sociodemográficos en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma? 4. ¿Cuál es la asociación de la inteligencia emocional en los factores sociodemográficos en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma?	de Tarma. 3. Determinar la asociación del nivel de resiliencia entre los factores sociodemográficos en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma. 4. Determinar la asociación del nivel de inteligencia emocional entre los factores sociodemográficos en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma.		**V2:** Inteligencia emocional. Para Salovey y Mayer (1990) la inteligencia emocional es aquella capacidad para captar y expresar emociones exactas, para conocer los sentimientos que ayuden a generar un pensamiento para entender las emociones humanas y el conocimiento emocional, es aquella habilidad para ajustar las emociones y a la vez facilitar el crecimiento actitudinal e intelectual. - Naturaleza: cualitativa. - Escala de medición: Ordinal politómica.	mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Tarma que aprobaron su participación voluntariamente en el estudio después de firmar el consentimiento informado. - Las edades de los adultos mayores deben oscilar entre 60 y 90 años. **Criterios de exclusión** - Adultos mayores con alguna discapacidad motora que imposibilite completar el		y p<0.01. **Confiabilidad:** 0,829 con el coeficiente Alfa de Cronbach.	

			- Categorías: Alto (90 – 122) Adecuado (57 – 89) Bajo (24 – 56)	test. - Adultos mayores que se negaron a firmar el consentimiento informado.			